

Laurinda Branco da Cunha

Idosos institucionalizados.

Testemunhos de vivências e de expectativas



Universidade Fernando Pessoa

Porto, Julho 2013

Laurinda Branco da Cunha

Idosos institucionalizados.

Testemunhos de vivências e de expectativas



Universidade Fernando Pessoa

Porto, Julho 2013

Laurinda Branco da Cunha

Idosos institucionalizados.

Testemunhos de vivências e de expectativas

Atesto a Originalidade do Documento

Trabalho apresentado à Universidade
Fernando Pessoa como parte dos
requisitos para a obtenção do grau de
Licenciatura em Serviço Social.

Sumário

As organizações sociais dirigidas aos idosos procuram ter serviços cada vez mais adequados e adaptados às diferentes situações e necessidades desse grupo de população, minorando ou tentando reverter situações, quando estão em causa contextos que afetam o seu bem-estar e a sua segurança.

O presente trabalho tem por objetivo averiguar, interpretar e compreender a perceção dos idosos sobre questões de institucionalização. Para o efeito, fomos ao seu encontro no Centro Comunitário de Refóios, em Ponte de Lima, de forma a observar e analisar como percecionam a sua vida, procurando dar visibilidade ao que sentem como mais positivo ou menos positivo. Deu-se especial enfoque às relações com os familiares e com a nova comunidade de que passaram a fazer parte.

Para o efeito, procurou-se fazer uma recolha de testemunhos acerca das vivências desde a juventude, percursos de vida e expectativas, de forma a melhor compreender os sentimentos que os acompanham ou que os têm acompanhado ao longo do tempo. Assim como o que aspiram agora com a integração numa instituição.

Em termos metodológicos utilizou-se, para o estudo empírico, a observação participante (técnica privilegiada) e a análise de conteúdo.

Como principais resultados avançamos que os idosos de uma forma geral gostam de viver na instituição sendo que em relação a possíveis alterações, faladas esporadicamente, pouco referiram de significativo.

Abstract

Social organizations targeting seniors seeking services have increasingly appropriate and adapted to different situations and needs of this population group, minimizing or trying to reverse situations, when dealing with contexts that affect their well-being and safety.

The present study aims to investigate, interpret and understand the perception of the elderly on issues of institutionalization. To this end, we were to meet at the Community Center of Refóios in Ponte de Lima, in order to observe and analyze how percecionam his life, trying to give visibility to what feels like more positive or less positive. Special focus was given to relations with family members and with the new community that became part.

To this end, we tried to make a collection of testimonies about experiences from his youth, life paths and expectations, in order to better understand the feelings that accompany them or that have followed over time. Just like that now aspire to integration in an institution.

In terms of methodology was used for the empirical study, participant observation (technical trading) and content analysis.

The main results that advance the elderly in general like to live in the institution and in relation to possible changes, spoken sporadically reported little of significance.

Agradecimentos

Em primeiro lugar aos idosos, que participaram de forma voluntária e espontânea no estudo que se pretendeu levar a cabo e sem os quais não seria possível a sua concretização.

À Diretora Técnica da Casa da Caridade Nossa Senhora da Conceição (Lar de Idosos) – Centro Comunitário de Refóios, Doutora Maria de Lurdes Fernandes Leal da Silva, carinhosamente apelidada por Doutora Milu, pela autorização, pelo acolhimento, disponibilidade e simpatia. Uma senhora de uma abertura, proximidade e sensibilidade, tanto em relação aos utentes como em relação à comunidade exterior ao lar, de “tirar o chapéu”.

Aos restantes colaboradores da instituição, que sempre se demonstraram disponíveis para colaborar, pessoas trabalhadoras, dedicadas e sensíveis para com os idosos.

Um agradecimento muito especial à minha orientadora, Professora Doutora Manuela Coutinho, pela orientação e disponibilidade que teve durante todo o tempo do desenvolvimento deste estudo, pelo apoio incondicional e pela motivação transmitida. Pela coragem e sobretudo pela vivacidade e entusiasmo demonstrado pelo meu trabalho ao ver e ouvir algumas das histórias de vida e experiências contadas acerca dos idosos.

Agradeço a todos os meus professores, sem exceção, por me terem transmitido conhecimentos aos quais estava alheia, contribuindo, por isso, para a minha formação no âmbito do Serviço Social.

Ainda agradeço também aos meus colegas a colaboração e o relacionamento cordial proporcionado.

Agradeço incondicionalmente ao meu marido e à minha filha, pelo apoio que desde sempre demonstraram, pela compreensão perante a nova gestão de tempo, onde o (re)conforto com muito amor nunca faltou.

Aos meus pais, pela presença, dedicação e ajuda durante estes três anos.

À minha entidade patronal, na pessoa do Presidente da Câmara Municipal de Ponte de Lima, Engenheiro Vítor Mendes, pela aceitação do meu estatuto de trabalhadora estudante e pelas palavras de alento que estiveram presentes desde o início dos meus estudos.

E, a todos aqueles que me acompanharam e outros que de alguma forma contribuíram para a realização deste trabalho no âmbito da minha licenciatura.

ÍNDICE

Sumário.....	v
Abstract.....	vi
Agradecimentos.....	vii
INTRODUÇÃO.....	1
Parte I – Enquadramento teórico	3
1.1 Repensando a institucionalização	3
1.1.1 Apoio aos idosos	5
1.2 O idoso institucionalizado	6
1.3 Institucionalização: dimensões de análise	7
1.3.1 Relações pessoais	7
1.3.2 Relações com a comunidade	8
1.3.3 Relações com a família	9
1.3.4 Expetativas de vida.....	10
Parte II – Estudo Empírico	11
2.1 Percurso metodológico.....	11
Parte III – Discussão dos resultados da recolha das vivências e das expetativas.....	14
3.1 Sobre as relações pessoais	14
3.2 Relações familiares	16
3.3 Sobre a comunidade.....	18
3.4 Sobre as expetativas.....	19
3.5 Pontos fortes e pontos críticos	21
CONCLUSÃO.....	23
Bibliografia.....	25

INTRODUÇÃO

O presente estudo foi realizado no âmbito da unidade curricular “Estágio e Projeto de Graduação I e II”, para obtenção do grau de Licenciatura em Serviço Social da Universidade Fernando Pessoa. Trata-se, no presente caso, do Projeto de Graduação, cuja temática decorreu da experiência de Estágio.

O estágio proporcionou-nos uma prática muito refletida, junto de uma população de idosos que se encontram institucionalizados, ora como residentes ora como utentes de centro de dia, pelo que as atividades se foram desenvolvendo numa permanente articulação entre teoria e prática, utilizando as técnicas e os métodos de investigação científica trabalhados ao longo dos 3 anos de formação académica.

Encontramo-nos numa era de persistente envelhecimento demográfico que exige, por isso, novas respostas e novos recursos de apoio. A ida para os lares significa para muitos a rutura dos laços familiares, dos amigos, dos vizinhos e mesmo dos haveres com que mais se identificam, vendo-se obrigados à inserir-se noutra comunidade que lhes é estranha. Qual será o reflexo no espelho de todo o percurso das suas vidas, como fazem refletir experiências vividas, que sentimentos se geraram com a institucionalização? O que os acompanha, que novas consciências sobre a sociedade? Será que se acomodam? Que consciências criam sobre este ciclo de vida?

Foram estas algumas das preocupações que nos moveram para avançar com o presente estudo. Considerou-se de interesse relevante a recolha de vivências de idosos em situação de institucionalização. Como já referimos, o estágio foi o ponto de alerta para uma especial atenção sobre a matéria, determinando a metodologia de observação participativa na presente investigação, para a recolha da informação, para que respondesse ao título e ao subtítulo do presente projeto de graduação: Idosos Institucionalizados. Testemunhos de vivências e de expetativas.

Para o efeito, organizamos o estudo em 3 partes. Numa primeira parte, o enquadramento teórico trabalhou a temática da institucionalização, procurando fazer ressaltar algumas das dimensões de análise, tais como as relações pessoais, as relações com a comunidade, com a família, assim como as expetativas de vida do idoso integrado em instituição.

Numa segunda parte o estudo desenvolveu-se em torno do percurso e das opções metodológicas, para num terceiro momento se elaborar uma reflexão sobre as dimensões de análise trabalhadas no enquadramento teórico, partindo dos testemunhos recolhidos junto da população alvo. Não podemos deixar de abordar os pontos críticos e as limitações que sempre nos acompanham nestes percursos de estudo.

Por fim, a conclusão levou-nos a refletir sobre a temática em estudo enquanto futuros técnicos de serviço social, desafiados pela diversidade de percursos na integração, na adaptação e nas vivências marcadas pela heterogeneidade, pois nunca podemos perder de vista o percurso de cada um, a sua postura e desempenho dentro da instituição.

Parte I – Enquadramento teórico

1.1 Repensando a institucionalização

O envelhecimento é um processo irreversível na vida de todo o ser humano, visível através das marcas físicas bem evidentes à medida que os anos vão passando, como: os cabelos brancos, as rugas, o declínio da memória e a perda das capacidades físicas que em certos casos torna os indivíduos dependentes e excluídos da própria sociedade, deixando de ser “produtivos” e passando a ser considerados como “improdutivos”.

A velhice não é tarefa de fácil gestão para muitos dos idosos, fragilizados e com receios à medida que a idade avança. O preconceito e o medo da velhice, diz-nos Barreto (1997), são duas facetas cunhadas pela sociedade do lucro, da produtividade, do descartável e do efémero.

A institucionalização, no caso dos idosos, é, por isso, uma resposta social que deve proporcionar qualidade nos cuidados assim como no quotidiano de vida dos idosos. A qualidade no cuidado ao idoso que se encontra institucionalizado, depende em muito da capacidade e do saber, do pessoal que compõe a equipa da instituição, os cuidadores formais, as pessoas contratadas para cuidar de idosos, seja em lares, seja em pequenas tarefas como o acompanhamento os idosos ao hospital ou a casas de repouso ou apenas acompanhamento dos idosos a possíveis consultas ou a eventos sociais.

O conceito de institucionalização, de acordo com o Dicionário de Língua Portuguesa (2008) significa, o ato ou efeito de institucionalizar. Para Jacob (2001), a institucionalização, acontece quando a pessoa idosa está entregue aos cuidados de cuidadores formais e não dos cuidadores informais, durante todo ou parte do dia.

Atualmente é uma exigência a necessidade de formação e supervisão contínua dos cuidadores para que possam cuidar adequada e profissionalmente dos utentes e garantir-lhes, ou facilitar-lhes qualidade de vida, aqui entendida como o alcance total dos objetivos, das esperanças e expectativas de cada indivíduo.

As instituições de apoio ao idoso são organismos que podem ser públicos ou privados que se regem por leis e estatutos próprios de forma a colmatar uma necessidade numa sociedade recorre-se à institucionalização quando surge uma necessidade para a qual a comunidade não tem resposta alternativa.

Salienta-se a importância das atividades promovidas dentro dos lares e a sua preocupação para um envelhecimento mais ativo, acompanhando os ecos da Organização Mundial de Saúde, para que se retire os idosos do isolamento e se previna a solidão. A solidão que afeta um número considerável de idosos, como consequência da diminuição da solidariedade e sociabilidade em comunidade. A perda de laços e vínculos que une os indivíduos uns aos outros. O desequilíbrio entre as relações sociais reais e as desejadas, ou quando as redes sociais são deficitárias ou percebidas como deficitárias (Machado Pais, 2007).

José Eduardo Rebelo (2009) salienta, que há necessidade de distinguir solidão de isolamento, uma vez que segundo o autor não são sinónimos. Enquanto o isolamento é um ato voluntário, a necessidade de se afastar do grupo, a solidão, é um sentimento de rejeição, de afastamento de outras pessoas. Embora acompanhados entre si, os idosos quando institucionalizados desenvolvem ruturas com os laços sociais, com os familiares, com os seus usos e costumes e a sua rede de vizinhança, situações que levam à tristeza e conseqüente solidão.

1.1.1 Apoio aos idosos

Os idosos são apoiados tanto por parte da família (cuidadores informais) como das instituições (cuidadores formais) existentes, sejam elas privadas ou públicas. Relativamente à família esta tem sido um espaço de transformação, passando de família extensa a família nuclear. Apesar de se verificarem mudanças é na família que se assiste a fortes relações intergeracionais (Fernandes, 2008) e que, embora com o aparecimento das novas tipologias familiares, o reforço da família continua a existir, em particular em relação às camadas mais idosos (Bengtson et al., 1996).

Contudo, há bastantes idosos a viver sozinhos por motivos de “falência” familiar, isto é, a falta de pessoas para (re)construir continuamente as relações, sendo este um processo natural. A incapacidade de sobrevivência é um dos principais fatores para a instauração da crise, logo a desertificação continuada e na maioria dos casos irreversível, dando lugar a uma população envelhecida e só.

De forma a colmatar esta deficiência surgem as instituições de apoio aos idosos, respostas sociais que proliferaram. O aumento de recursos a cuidados institucionalizados através das valências de Centros de dia, Apoio domiciliário e Lares para idosos. Este tipo de serviço é prestado pelas Instituições Particulares de Solidariedade Social que possuem infraestruturas adequadas ao acolhimento e tratamento dos utentes, assim como, é composto por um quadro de pessoal qualificado para prestar os serviços exigidos em tais locais tendo em conta a população alvo. Hopp (1999) refere que os cuidadores formais têm grande utilidade no que diz respeito às atividades diárias do idoso, enquanto os cuidadores informais, considera-os uma mais-valia em relação às atividades instrumentais (compras, lazer,...).

De acordo com a Direção-Geral da Segurança Social, da Família e da Criança (2006), existem oito respostas oficiais reconhecidas pela Segurança Social em Portugal, para os idosos: centro de dia, centro de convívio, lar para idosos, residência, serviço de apoio domiciliário, acolhimento familiar de idosos, centro de acolhimento temporário de

emergência para idosos e centro de noite. E ainda é possível acrescentar os cuidados continuados integrados e as universidades para a terceira idade (Universidades Sénior).

1.2 O idoso institucionalizado

Idoso institucionalizado, significa estar na instituição todo ou parte do dia (Jacob, 2001), sendo que os que são residentes permanecem vinte e quatro horas por dia estando aos cuidados da instituição e não da família.

Uma vez confrontados com a idade da reforma, acompanhada da desvalorização social, deparam-se com ruturas sociais, tais como, o final da sua carreira profissional ativa, a separação dos colegas de trabalho, de amizades criadas, noutros casos acontece também a rutura com familiares e a perda do cônjuge. Outros fator que acontece com o avanço da idade é a perda de alguma ou da totalidade de independência financeira, perda de faculdades devido a problemas de saúde e próprios da idade, logo não são “capazes” de controlar determinadas situações mais sensíveis, havendo necessidade da intervenção de terceiros. As redes sociais que envolvem os idosos acabam por se resumir para muitos ao seu círculo familiar (Sousa, Figueiredo & Cerqueira, 2004). Este fenómeno torna-se mais acentuado quando a única alternativa que o idoso possui passa pela sua institucionalização.

A entrada do idoso na instituição prevê um espaço e um tempo de aprendizagem intensa de ressocialização, o que necessita de uma observação atenta por parte dos profissionais para garantir a sua qualidade de vida, componente fundamental para a boa integração do mesmo. Torna-se necessário ter em consideração o percurso de vida desenhada pelo idoso antes de ser institucionalizado, respeitando assim os seus hábitos e costumes embora sejam passíveis de readaptação. Uma qualidade de vida que passe e assegure o conforto, a segurança e a dignidade nas diversas fases do processo de envelhecimento.

De acordo com Lopes (2001), o processo de socialização do idosos a partir dos sessenta anos passa pela manutenção da integridade do eu, ou seja, chegar a esta etapa da sua

vida sendo capaz de olhar para trás e aceitar o seu percurso de vida percorrido, as escolhas que foram feitas, assim como os sucessos e os insucessos. No fundo, aceitar a vida tal e qual ela foi vivida de modo a que a aceitação do futuro e tudo o que poderá advir, como a doença e a dependência seja menos receosa.

Carrajo (1999), salienta que embora cada individuo viva um processo contínuo de socialização, a vida leva-nos a desconstruir e a construir novos papéis sociais originados por mudanças súbitas e intensas, de que são exemplo os idosos quando institucionalizados.

Uma vez que a institucionalização obriga a alterações profundas do quotidiano, procuramos sistematizar algumas dimensões que estão em jogo neste processo e que nos ajudarão na reflexão sobre os testemunhos de idosos institucionalizados, objeto da nossa investigação. Falamos neste caso em relações pessoais, relações com a família, relações com a comunidade, relações com a família e as expetativas de vida.

1.3 Institucionalização: dimensões de análise

1.3.1 Relações pessoais

Porque a institucionalização implica ruturas afetivas, há necessidade de (re)construir novos afetos. As novas relações de amizades que se vão criando à medida que o tempo passa em conjunto uns com os outros deve ser vista de forma natural e desejável. Ainda, especial atenção, na relação dos cuidadores formais que rodeiam o dia-a-dia do utente,. É fundamental na medida em que passam a ser os “confidentes” de inúmeras histórias, vivências e mesmo das “queixas” sobre o seu estado, em especial, de saúde. É importante saber ouvir para que cada um construa o seu espaço de confiança e assim recrie a sua própria identidade biográfica.

As pessoas idosas tem grande necessidade de comunicar sendo que os grupos são o ambiente ideal no qual podem expressar-se tanto de forma verbal como não-verbal (Garcia e Pelaez, 2006) e no qual os seus desejos e opiniões são considerados.

Erbolato (2002) fala acerca da categoria de amigos como um relacionamento voluntário, predominantemente entre iguais que resulta de livre-arbítrio, sem que haja obrigatoriedade. Segundo o mesmo autor, os amigos apresentam muitas vezes as mesmas limitações ou dificuldades e apesar das limitações, os amigos, são representantes de vínculos extremamente significativos de bem-estar, diminuindo assim a solidão e promovendo a autoestima e a interação entre os idosos.

1.3.2 Relações com a comunidade

A sociedade sofreu alterações, a partir do século XVIII, com a revolução industrial. Por exemplo, a dependência dos indivíduos de um salário, para sobreviver e a alteração no que diz respeito ao estatuto da mulher, com a crescente participação desta no mercado do trabalho, tornando-se assim mais independente e autónoma, quer na relação intrafamiliar, quer no seu papel ao nível da sociedade. Estes dois exemplos marcaram a vida familiar e a tipologia do apoio aos mais frágeis. Neste contexto, houve necessidade de se reorganizar e encontrar soluções alternativas em relação à família e em relação aos idosos, grupo que, culturalmente cabia à mulher garantir o cuidado.

A criação de respostas alternativas de apoio aos idosos foi importante e uma exigência neste processo. Contudo, houve necessidade de repensar escolhas e decisões acerca da ida para uma instituição. O certo é que, ao fazê-lo, o idoso deixa uma boa parte da sua vida para trás e recomeça-a com outras pessoas, outra casa, outros hábitos, enfim, outra comunidade com regras diferentes às quais estavam habituados.

A institucionalização deve ter uma preparação prévia junto do idoso para que este não se sinta “prisioneiro” pela falta de liberdade e individualidade. Torna-se necessário que

cada utente refaça formas de contacto com a comunidade interior e exterior. É na comunidade, espaço vivencial, que a valorização dos aspetos positivos da vida do idoso tem de se situar através de estímulo à participação na vida da comunidade (Ribeiro, 2001).

Os idosos são recursos de excelência que poderão ser enriquecedores para as comunidades uma vez que são detentores de uma grande parte do património identitário das mesmas. Assim, há que lhes garantir o papel que lhes cabe no ciclo de vida em que se encontram.

1.3.3 Relações com a família

O parentesco é estabelecido por via de casamento ou pela via de descendência que ligam os familiares consanguíneos. De acordo com Giddens, (2009), a família é vista como um grupo de pessoas que estão unidas diretamente por laços de parentesco, sendo que os adultos em idade ativa assumem a responsabilidade de cuidadores dos grupos mais frágeis, como as crianças, os deficientes e os idosos.

Ao ser institucionalizado, o idoso abandona os papéis que desempenhava em família, como o de pais e em muitos casos como avós presentes, passando a ser consideradas, os cuidadores formais, como a “família adotiva”, isto quando a institucionalização é bem aceite pelo idoso.

É necessário que o envelhecimento seja aceite por todos, incluindo familiares e idosos como uma etapa normal do ciclo da vida de cada indivíduo, encarado como um período de capitalização de todas as aprendizagens feitas (Erikson, 1972). Mas, mesmo que os cuidados e atenções dos que compõe o quadro do pessoal da instituição (cuidadores formais) sejam eficazes, o lugar da família nunca será totalmente preenchido/substituído, pela identidade que encerram. Daí a indispensabilidade de recriar, reforçar e manter os laços familiares.

Sobre esta matéria, Carrajo (1999), refere mesmo que as visitas da família ou convites por parte desta para passarem alguns momentos nas suas casas, promovem entre outros benefícios a autoestima do idoso perante os restantes utentes da instituição, registando-se de igual modo a diminuição da mesma junto daqueles que não são visitados e/ou convidados.

1.3.4 Expetativas de vida

Dependendo da sua origem, os idosos institucionalizados deparam-se com determinadas dificuldades que poderão interferir na qualidade do seu novo quotidiano. Por um lado, porque vão confrontar-se com um espaço massivo e por outro romper com origens individuais e estáveis, que viveram e experienciaram, mais ou menos diversificadas, relativamente às gerações atuais. São estas gerações atuais que compõem o conjunto de cuidadores. Estarão preparados para saber acolher, ouvir e cuidar gerações que viveram culturas diferenciadas e, por isso, têm sonhos e expetativas diferentes também? Erikso (1972) dá nota mesmo do sentimento de vazio, de perda de identidade, que poderá levar ao desencontro das expectativas dos idosos.

Dependendo das expetativas que o idoso tem em relação à sua institucionalização e ao seu futuro, esta pode ter maior ou menor sucesso, tendo também em conta os fatores subjacentes à situação em que o mesmo se encontra tanto a nível físico como psicológico. Fragilidades inerentes ao envelhecimento, que nem sempre garantem a capacidade de confronto com expetativas frustradas.

Parte II – Estudo Empírico

2.1 Percurso metodológico

A metodologia selecionada foi, por exigência do estudo empírico desenvolvido, adaptativa e flexível. Teve em conta o objeto de análise e o objetivo pretendido, de modo a aplicá-la com o necessário rigor científico. Assim, a metodologia que melhor se adequou ao nosso estudo foi a qualitativa.

O objeto de estudo foi constituído pelos idosos do Centro Comunitário de Refóios, com o objetivo de melhor perceber a realidade acerca das suas vivências, sobretudo no que diz respeito à juventude, à família e à institucionalização. No primeiro caso, porque nos enquadrava na sua cultura vivencial; no que respeita à família, porque nos dava conta do espaço relacional que acompanhou no percurso de vida; no que à institucionalização se refere, porque nos dava visibilidade ao seu estar atual, num espaço que rompeu com a vida quotidiana construída ao longo dos anos.

Para o efeito foi utilizado o método da observação participante (técnica privilegiada) e não participante, complementadas com a entrevista semiestruturada, registos diários (quase um diário de bordo), cuja finalidade foi interpretar e estudar todos os testemunhos obtidos através da observação. Este tipo de observação é uma técnica de recolha de dados, muito utilizada no trabalho social.

A metodologia participativa é considerada em Serrano (1997), como um processo sistemático junto de determinada comunidade, levada a cabo de forma a atingir conhecimentos mais aprofundados acerca dos problemas e a maneira de como solucionar-los incluindo a restante comunidade. Daí a nossa opção pela recolha de testemunhos dos idosos que, para além de proporcionarem a caracterização da instituição e da sua envolvente, foram fontes de informação por excelência, uma vez que contribuíram e trouxeram a riqueza do detalhe da vida dos idosos.

Quando se recorre diretamente a indivíduos para obter informações, as respostas poderão ser afetadas por enviesamentos, pelo facto de os mesmos saberem que estão a ser observados, mesmo quando existe uma preparação prévia do terreno.

Por isso a abordagem feita aos próprios utentes sobre as suas vivências, na primeira pessoa, foi conseguida através da criação de espaços de convivência, brincadeira e lazer, de forma a ouvir e não colocar questões que por vezes trazem intencionalidade à resposta. As conversas informais iam sendo lançadas, despertando a cada passo a imaginação do investigador e obrigando-o a cumprir o respeito devido a cada um que colaborou consigo, ouvindo e interpretando a informação percecionada de modo a não alterar o seu conteúdo.

O investigador procurou encaminhar os utentes para um determinado discurso (aquele que tinha como objetivo). Assim, os dados recolhidos iam permitindo confirmar ou recriar cada personagem e o que se pensava à partida nem sempre vinha demonstrado nos testemunhos, com o desenrolar do tempo e das situações.

A análise qualitativa do conteúdo recolhido foi feita de acordo com a proposta de Vala (1986), que segundo o autor, é hoje uma das características mais comuns na investigação empírica que se realiza nas diferentes ciências humanas e sociais.

Por seu lado, a análise de conteúdo é uma técnica de tratamento da informação recolhida através da interpretação dos fenómenos. Toda a leitura é constituída tendo por base uma interpretação, isto é, uma boa análise de conteúdo que não se pode limitar apenas à descrição, mas tem de ir mais além, de modo a atingir uma compreensão aprofundada sobre o conteúdo recolhido através da interpretação.

No presente estudo não foram colocadas hipóteses de partida, reunindo-se assim dados de forma controlada e sistemática que posteriormente se organizaram e sistematizaram,

pelo que se achou pertinente e se privilegiou o uso da análise de conteúdo para trabalhar este tipo de material recolhido. Vantajoso, pelo facto de poder mostrar a importância atribuída a cada história de vida relatada, como por exemplo no que respeita aos temas da família, da juventude e mesmo da institucionalização do próprio idoso.

Relativamente à amostra, tratou-se de uma amostra não aleatória ou não probabilística, mas por conveniência, uma vez que, como o próprio nome indica, trabalhou-se a partir dos elementos da população mais disponíveis, muito embora conscientes que este tipo de amostra não garante a representatividade, nem permite ditar regularidades.

Fizeram parte da amostra os idosos da Casa da Caridade Nossa Senhora da Conceição (Lar de Idosos) - Centro Comunitário de Refóios, 17 utentes capazes de se expressarem com clareza e através dos quais se conseguiu obter os resultados pretendidos. Feita a escolha da população o investigador procurou construir proximidade com os utentes para que se sentissem confiantes nas conversas que se iam desenrolando.

Parte III – Discussão dos resultados da recolha das vivências e das expetativas

Procurando agora ir de encontro às dimensões de análise trabalhadas no enquadramento teórico, procuraremos elaborar a discussão sobre os testemunhos obtidos (em anexo as grelhas sistemáticas dos testemunhos), de acordo com os tópicos: relações pessoais, relações familiares, relações com a comunidade e expetativas do idoso.

3.1 Sobre as relações pessoais

Como já foi referido anteriormente, as pessoas idosas sentem grande necessidade de comunicar. Ao falar de aspetos que mais os motiva, como aspetos pessoais, culturais e mesmo religiosos, pode-se perceber e compreender a sua realidade vivida. Na verdade, todos aqueles que vivem no lar de idosos são de alguma forma “obrigados” a partilhar o mesmo espaço, espaço este restrito e no qual a individualidade é difícil, tanto em relação aos hábitos uns dos outros, como às suas rotinas, à maneira de interagir uns com os outros, as próprias visitas que cada um tem, sejam elas familiares ou não. Porém, nem sempre esta falta de individualidade é trazida ao discurso, ou focada como problema.

Por vezes acontece que o sentimento que antecede a comunicação verbal é de receio face a um possível julgamento assim como a atribuição de uma imagem desvalorizante, desinteressante e antipática, veja-se a Sra da grelha nº 8. *“Ó 1º gostava de ficar de noite e de dia, porque nunca me peguei com ninguém, agora já não quero ficar porque a da areosa é muito malcriada.”* *“Não estou lá dentro porque está lá uma senhora da Areosa que me detesta.”* *“Aqui na instituição já acertei o passo a um senhor que me disse uma coisa que eu não gostei e com a minha filha também entrou no quarto dela todo nu, ela levantou-se da cama e assapou-lhe.”* *“Um dia ao ver a minha filha ir buscar o meu casaco que estava na minha cadeira, ela disse: - Ai vem a vaca!”* *“Não quero conversar com essa mulher!”* *“Com o de cadeira de roda, se eu falar na carrinha ele ralha comigo, primeiro foi por causa do A., porque ele emborracha-se e cheirava a cigarro e álcool. Ele disse que as minhas filhas eram uma camada de putas. – Ele é um burro!”* *“Eu estou cá fora assim não ouço e não conto.”* *“Quem me magoar não consigo falar com essa pessoa, fico nervosa.”* *“Dou-me bem com todos, só menos com esses três, não tenho queixa de mais ninguém.”*

A utente da grelha nº2 encontra-se fisicamente muito debilitada, acamada, necessita de ajuda total em todas as tarefas, apresenta uma memória excelente, a chamada “*memória de elefante*”, recorda factos e acontecimentos sem dificuldades bem como também comunica com fluidez expondo as suas ideias com clareza e não deixa de dizer as suas brincadeiras “*Sou pobre mas sou rica na léria*”, e ainda “*Um pobre nem quieto nem calado*”, sempre bem-disposta, muito expressiva e comunicativa com todos os que se aproxima, tanto visitas, familiares como os outros utentes que vão até ao seu quarto visita-la, exemplo disso são as suas quadras: “*Aqui estou, aqui estarei; Aqui me hei-de deixar estar; O amor que aqui me trouxe; Aqui me há-de buscar*”, uma entre muitas que se encontram em anexo.

O melhor local para os idosos residirem é aquele que lhes oferece conforto, segurança, tranquilidade, bem-estar no seu dia-a-dia, tendo em conta os aspetos físicos, sociais e afetivos de cada um “*Quando tive lugar aqui, peguei nos trapos e vim para aqui, ao menos aqui conheço toda a gente. Mas primeiro quis vir ver, vim com o meu filho, mostraram-me tudo e eu gostei, disse logo: - Quero vir para aqui hoje!. “Gostei muito e estou muito contente.”“Toda a minha vida gostei do lar. Eu via as pessoas na televisão, o que eles faziam nos lares, e gostava muito porque faziam tantas coisas.”*(Utente da grelha nº5). Ou ainda “*Estou tão bem aqui. É tudo gente boa*” (Utente da grelha nº7).

No entanto, é de ter em atenção a organização do serviço de modo a que haja a satisfação pretendida pelo idoso. A incompatibilidade gerada em torno de hábitos, práticas de uns e de outros que são mais ou menos toleradas por cada um, como é o caso de uma utente que teve uma companheira de quarto com a qual não tinha afinidade e “*Primeiro fiquei num quarto com outra utente, a Dª C., mas ela fazia muito barulho de noite e eu disse à Senhora Diretora, quando houve possibilidade passei para um quarto particular, assim é que estou bem.” “No lar já tive muitos contras, mas tenho muita gente por mim e gosto de estar aqui.” “Aqui já tive dois atritos com duas utentes do lar, com a Dª C. (a ex-companheira de quarto) e com a Dª Aa., mas se tiver mais não vai ficar assim.”*(Utente da grelha nº1).

Torna-se necessário portanto, estar atento ao vínculo criado entre os idosos e tentar aproximá-los por afinidades pessoais, uma estratégia, de modo a proporcionar melhor qualidade de vida, logo maior satisfação.

3.2 Relações familiares

À medida que a idade do idoso avança, também aumentam os cuidados e a complexidade dos mesmos tornando-se uma sobrecarga para os seus familiares, pelo que mais cedo ou mais tarde é inevitável a institucionalização total ou parcial do idoso, porque habita sozinho e já não é capaz por medo da solidão, ou por diminuição das suas capacidades físicas, logo da sua participação na vida ativa.

Frequentemente a entrada no lar está associada ao abandono ou negligência da família, no entanto, mesmo que a família não tenha a possibilidade de assegurar os cuidados por completo, esta pode e deve, desempenhar e assegurar um papel muito importante na vida da pessoa idosa, acompanhando-a e prestando apoio na medida das possibilidades de cada um.

Uma das utentes residentes no lar, grelha nº 1, embora soubesse o que era um lar ingressou porque a sua única filha acolhia os seus sogros, logo não havia espaço para ela *“Chorei muito para deixar a minha casinha. A minha filha não me vem buscar todos os fins-se-semana porque tem muito trabalho, vem de vez em quando (...)”*.

O percurso que levou a utente grelha nº12 ao lar: uma senhora lutadora e mulher de negócios, enviuvou e sem vontade de deixar a sua terra e os seus bens, não via de bom grado a ida para a casa dos filhos onde permanecia durante um mês *“Quando o meu marido faleceu apanhei uma depressão e ainda hoje sofro. Chorei muito e emagreci bastante.”* *“Não queria deixar a quiló, gostava muito daquilo”*. *“Os meus filhos puseram-me aos meses mas eu já estava aborrecida de andar de um lado para o outro, custava-me, isso não era bom para mim”*.

Os ciúmes apareceram e a vergonha também quando a utente decidiu ir viver para o lar. A filha achava que uma vez que o seu irmão tomou o compromisso de guardar a sua mãe e tendo ficado com os bens, melhor situados, era sua obrigação continuar a fazê-lo. *“Você vai envergonhar-me por ir para um lar. A filha queria levar-me”* Não foi fácil a decisão, mas influenciada pelo filho dos perigos que corria em ficar sozinha em casa seria muito mais prudente o lar pelos cuidados permanentes que ai teria. Primeiro ainda houve a negação, após ter amadurecido a ideia de que o melhor sítio para si seria estar num lar, tudo mudou: *“Primeiro não era muito da minha vontade, mas a saúde piorou e um dia podia ficar estirada no meio o chão”*. *“Não aceitei”* e pensou *“Vou para M...”* mas *“lá não há ninguém”*. *“Meti na cabeça e escolhi o que era melhor para mim.”* *“Chorei muito e só pensava no que deixei e agora estou bem graças a Deus”*. *“A Doutora acarinhou-me muito. Dizia ao meu filho para ele me vir ver porque me custava a habituar”*. *“Aqui há tempos deu-me uma saudade!”*

Considerada, a família, de extrema importância na vida dos idosos, por vezes o convívio entre as várias gerações provoca conflitos, gerando assim dificuldade no relacionamento intrafamiliar. Assim, uma utente emigrante em França durante 13 anos foi sua opção entrar no lar, mesmo contra a vontade do seu filho que deixou de a visitar porque a via apenas como uma receita económica: *“Ele não queria que eu viesse para aqui”*. *“Só quero o bem do meu filho, se ele está bem melhor. Eu também estou muito bem aqui. Aqui é tudo gente boa.”* *“Quando o meu filho tiver necessidade de falar comigo sabe onde é que eu estou, sair do lar é que eu não saio.”* (Utente da grelha nº15).

As enfermidades estão presentes como fator para a institucionalização do idoso, que surge como um suporte às suas necessidades. Obrigado a entrar no lar, o Sr. da grelha nº 16, uma vez que não tinha ninguém para cuidar da sua esposa cuja doença se tinha degradado consideravelmente e o próprio encontrava-se numa situação vulnerável *“Vim para aqui quando deu uma trombose na minha mulher. Estou cá há 9 anos. A minha esposa já faleceu.”* *“Fui a minha casa a Diretora com uma vizinha e disse-me para vir para aqui e eu já estava reformado da França...”* *“A minha patroa faz-me tanta falta. Rezo todos os dias à noite por ela.”*

Ainda, *“Vim para aqui porque me deu um enfarte, estava sozinha e comecei a gritar até que alguém me ouviu e chamou o INEM. Estive 15 dias no hospital”*, (Utente da grelha nº3).

O idoso quanto mais dependente, sobretudo fisicamente, maior a probabilidade de vir a ser institucionalizado *“Eu vim para cá porque as minhas pernas começaram a prender-se e eu não conseguia estar sozinha. O corpo dói-me, mas o pior são as pernas.”*(Utente da grelha nº2).

A discriminação e a marginalização da sociedade e acima de tudo por parte da família *“Tenho uma irmã, que mora por cima na casa onde eu moro mas não quer saber de mim. Ela é viúva, andava e anda sempre atrás de mim porque quer o meu dinheiro e não fala para mim.”* *“A minha irmã é uma trifulhice e interesseira a minha irmã. É a única porque as outras não são assim, todas falam para mim, mas não tem posses para cuidar de mim, não tem dinheiro. Os meus sobrinhos, filhos da minha irmã que mora no primeiro andar da mesma casa que eu, eles falam para mim mas ela não gosta que eles falem, então anda sempre a meter-lhes minhocas na cabeça.”* (Utente grelha nº6).

3.3 Sobre a comunidade

Para além do papel interventivo da família, deve haver um trabalho paralelo de sensibilização envolvendo a comunidade, consciencializando-a para a importância das redes de entreajuda e amizade. O apoio e o desenvolvimento de projetos sociais dirigidos aos idosos institucionalizados, como o voluntariado, cujo objetivo passa por proporcionar momentos de lazer e ocupação aos utentes assim como a partilha de vivências; promover a solidariedade intergeracional; sensibilizar para a temática e para a importância da pessoa idosa na nossa sociedade, pela experiência e conhecimento adquiridos ao longo da vida e promover sensibilidade de entreajuda e de partilha de forma a contribuir para o bem-estar da pessoa idosa.

O reconhecimento e valorização de experiências e saberes acumulados ao longo da vida dos idosos que poderão ser transmitidas às gerações mais novas. *“Trabalhei sempre na casa, para a minha mãe. Depois comecei a ser uma mocinha e com 12 anos já ia ganhar meios-dias no campo, para aqui e para acolá”. Ia ao jornal e fui assim que fez o meu enxoval e ajudei para a casa”.*

“Cantar...bem, cantava. Mas dançar é que eu sabia bem. Em Venade não me punham cá os cotos em cima, isso é que é verdade”. “O meu maior desporto era dançar. Não era namorar nem isto ou aquilo, era dançar. Eu se sentisse uma concertina, estivesse ela onde estivesse, eu tinha de ir lá. Gostava muito de dançar é verdade. E não era pra andar agarrada a um homem. Eu gostava de dançar o vira”(Utente grelha nº10).

A vida em comunidade, para além do trabalho duro na agricultura, também havia tempo para a distração onde todos participavam *“Nós tínhamos lá uma leira que eu tinha de dizer quando esfolhávamos lá porque tínhamos a estrada nacional a passar à beira e então toda a gente sabia. Era esfolhar de noite e cantar era pra botar a freguesia abaixo. “E depois era o lanche na estrada. Há 50 anos não havia os carros como há hoje. Ponhamos o nosso lanche no meio da estrada: biscoitos, bolachas, bolinhos de cacau, trigo, uma pinga...Passávamos ali um pedaço da noite com a leira desfolhada. E nas desfolhadas havia também os mascarados, também lá apareciam. Se às vezes pudessem rapinar o lanche...também faziam daquilo uma graça. Escondiam o garrafão de vinho também. Mas ninguém levava a mal”.* (Utente grelha nº10).

Vidas vividas num tempo que agora estão em permanente comparação, o que era a sociedade e no que se transformou *“Quando era moça ia cortar erva para o campo para encontrar os moços que iam ter com as raparigas, ajudavam-nas a carregar os cestos para a cabeça e aproveitavam para pôr a mão”. “Antigamente era cantar por um lado e por outro, agora o mundo não presta.”* (Utente Grelha nº14).

3.4 Sobre as expetativas

Este ponto do trabalho permite uma reflexão sobre as expressões dos idosos acerca das mudanças durante a vida, o resultado e as expectativas. Possibilidade de fazer uma análise da forma como os utentes projetam ou não a seu futuro, os seus sonhos e anseios, sem ignorar o fenómeno da morte, que de forma consciente ou inconsciente se encontra presente na vida dos utentes.

Do contacto com os idosos com o objetivo de recolher vivências na primeira pessoa, foi possível através de uma intervenção social observar o desempenho e expetativas dos idosos institucionalizados.

Intervir de modo a potenciar e melhorar, ver mesmo substituir um estilo de vida passivo, para alguns utentes, por um estilo de vida mais dinâmico e participativo, fazer sentir a cada utente que são humanos até ao fim.

Uma das utentes do lar, bastante participativa nas atividades, grelha nº1, não se incomoda em nada com o que o futuro lhe reserva “*Já morreram outros antes de mim mais novos e eu ainda aqui estou, co tantos trambolhões que tive, tudo me acontece. Ainda não chegou a minha hora, não posso pensar que vou morrer, só pensei quando estive doente, mas graças a Deus ainda cá estou*”.

No caso de utentes que embora tenham descendentes diretos, mas na realidade não tem, existe uma maior probabilidade da institucionalização. Uma forma de evitar a solidão, resultante da ausência familiar, sendo que no que diz respeito às expetativas, “*Agora com 84 anos só penso na morte. Não adianta ganância*”. (Utente da grelha nº16), um Senhor pacato, sociável.

É interessante que quando se aborda o tema sobre as expetativas que tem da vida, na esmagadora maioria, vão ao encontro do mesmo, a morte “*Não tenho paixão nenhuma de deixar o mundo, só peço a Deus Nosso Senhor que me leve como a minha mãe (a mãe faleceu de repente e não sofreu nada). Queria andar a trabalhar e que me desse e ficasse. Só se está cá no mundo para sofrer. Parece que até era feliz que me desse e ficasse, a gente tem de morrer*” “*Agora penso que tenho tudo de velho e tenho de pagar para ver tudo limpo, porque se eu pudesse trabalhar pensam que eu estava aqui?*” (Utente grelha nº 8).

3.5 Pontos fortes e pontos críticos

Houve um trabalho muito insistente junto dos idosos, em grupo, sem no entanto negligenciar o apoio e acompanhamento individual do idoso, visto que também era do interesse do investigador haver uma aproximação individualizada de modo a concretizar o estudo pretendido. Numa abordagem primária, a intervenção em grupo foi de grande importância nomeadamente para a sensibilização, consciencialização e motivação dos idosos, treinando habilidades, reforçando a autoestima através da valorização dos saberes e potencialidades dos mesmos.

Foram criadas dinâmicas junto dos utentes, estimulando-os e integrando-os com o objetivo de os retirar do seu isolamento, da solidão, promovendo assim convivências, sociabilidades sem compromisso.

Numa segunda etapa, após feita a aproximação junto dos idosos procurou-se e conseguiu-se obter a informação desejada para o nosso estudo, num espaço favorável à comunicação, à participação e às relações interpessoais e intergrupais, impulsionando a confiança para a obtenção gratificante do nosso trabalho desenvolvido.

Achou-se surpreendente os saberes dos idosos e a forma como foram transmitidos através de relatos vivenciados e descritos na primeira pessoa, a forma como gostam de contar o que sabem transmitindo a sua sabedoria, sem dúvida alguma foi uma mais-valia para o investigador.

Entre os vários pontos fortes no desenvolvimento do trabalho, sobressaem as atividades intergeracionais, levadas a cabo através de um projeto de voluntariado, que se transformaram num incentivo/participação significativa, num espaço onde foram capazes de gerar a sensação de serem estimados, uma das formas de combater as suas incapacidades, a exclusão social e reforçando a autoestima e a coesão grupal.

Relativamente aos pontos que se acharam mais críticos registamos alguma resistência de alguns dos utentes em participar em algumas atividades proporcionadas porque “*Já não tenho pernas para o fazer*”, embora fossem recetivos e colaborassem em relação à conversa sobre as vivências.

De uma forma global foi um trabalho gratificante, desenvolvido com a colaboração ativa dos utentes, tendo estes demonstrado uma relação de empatia e cordialidade para com o investigador, o que deu origem a sentimentos de satisfação assim como de realização profissional. Importa, no entanto, registar que apesar do trabalho de recolha ter sido de grande intensidade, foi, essencialmente, um primeiro passo para se conhecer uma realidade que ultrapassa as paredes das instituições.

CONCLUSÃO

O desenvolvimento do trabalho apresentado deu consistência à argumentação pretendida sobre a forma como observar e descrever qualitativamente as vivências e percursos de vida dos idosos de uma Instituição Particular de Solidariedade Social.

Permitiu-nos perceber que o envelhecimento do ser humano é lento e gradual, ocorre a ritmos diferentes do mesmo modo que é encarado de forma diferente por cada indivíduo. Pressupõe e exige uma atenção especial por parte dos Técnicos de Serviço Social visto ser um processo transversal e irreversível na vida de todo o ser humano.

Os cuidadores devem sempre atender cuidadosamente à perceção dos idosos que estão a fazer uma reaprendizagem do tempo e do espaço de modo a adaptar-se aos mesmos. Devem ainda ser criadas e estimuladas dinâmicas de cariz social entre os elementos que compõe a instituição, incluindo as famílias dos utentes, para que sejam construtores de uma cultura de grupo e de sentido de pertença.

Deve ser garantido o respeito pelos direitos dos idosos, impedindo as situações de atitudes e infantilização dos mesmos assim como a violação da sua intimidade. Por vezes menospreza-se a opinião dos idosos assumindo o seu destino esquecendo-se que a idade e/ou dependência na qual se possam encontrar os idosos, estes possuem capacidade para usufruir dos seus direitos e tomar as suas decisões.

Torna-se necessário responder com políticas sociais adequadas aos idosos assente numa crescente qualidade de vida tendo em conta o aumento da esperança de vida, que é uma realidade na atualidade, passando não apenas pelas questões de saúde, mas e sobretudo investir nas relações intergeracionais, promovendo e restituindo papéis sociais aos idosos e evitando deste modo que se sintam excluídos pela sociedade.

Acredita-se que conhecendo o vínculo/relação familiar com o idoso no processo de inserção do mesmo, numa instituição, contribui-se para uma redução da sua vulnerabilidade, logo para a garantia de um quotidiano com qualidade.

É importante salientar que, a comunicação verbal e não-verbal encontra-se sempre envolvida tanto nas relações interpessoais como nas relações intergrupais. Assim sendo, foi possível obter palavras com um significado próprio no contexto em que foram expressas assim como através de gestos e expressões faciais, facilitando, por vezes a compreensão dos testemunhos.

Os idosos que constituíram a nossa amostra, tendo em atenção os relatos obtidos, são pessoas satisfeitas com a sua institucionalização, tendo integrado a instituição, uns por motivos de indisponibilidade familiar, outros por razões de saúde e ainda outros de forma voluntária. Demonstravam alguma consciência crítica sobre a situação, apesar de dificilmente apontarem pontos, ou factos menos positivos sobre a instituição.

O presente trabalho permitiu uma interação que se considera vantajosa na medida em que ao serem protagonistas de um presente e um passado, deu-lhes a perceber o sentimento de utilidade ao sentirem-se como pertença de um espaço social, cultural e mesmo afetivo.

Foi para o investigador uma importante aprendizagem. Uma experiência que se revelou bastante rica na medida em que permitiu um amadurecimento pessoal, resultante do contacto e observação direta com a prática profissional, muito embora se fique com a noção de que há ainda muito para aprender, escutar e refletir.

A expetativa é de que as conclusões da presente investigação sejam uma porta aberta para novas investigações.

Bibliografia

Barreto (1997) in Cebolo, C. S. G. (2012). *Animação Sociocultural – Intervenção e Educação Comunitária: Democracia, Cidadania e Participação*. Ed. Intervenção – Associação para a promoção e divulgação cultural.

Bengtson et al.(1996) in Pereira F. (2012). *Teoria e Prática da Gerontologia. Um guia para cuidadores de idosos*. 1ªed. PsicoSoma.

Carrajo, M. (1999). *Sociologia de los mayores*. Salamanca. Publicaciones Universidad Pontificia de Salamanca.

Direção-Geral da Segurança Social, da família e da criança, (2006). *Nomenclaturas/ Conceitos*. Lisboa. Ministério do Trabalho e Solidariedade Social.

Eco, U. (2010). *Como se Faz uma Tese em Ciências Humanas*. 16ª Ed. Editorial Presença.

Erikson (1972)) in Pereira F. (2012). *Teoria e Prática da Gerontologia. Um guia para cuidadores de idosos*. 1ªed. PsicoSoma.

Erlobato (2002) in Pereira F. (2012). *Teoria e Prática da Gerontologia. Um guia para cuidadores de idosos*. 1ªed. PsicoSoma.

Fernandes (2008) in Pereira F. (2012). *Teoria e Prática da Gerontologia. Um guia para cuidadores de idosos*. 1ªed. PsicoSoma.

Garcia, T. F., Bracho, C. A.(Coords.), (2004). *Introdución al Trabajo Social*. Madrid. Alianza Editora.

Giddens, A. (2009). *Sociologia*. Fundação Calouste Gulbenkian. 7ª Ed.

Hopp (1999) in Pereira F. (2012). *Teoria e Prática da Gerontologia. Um guia para cuidadores de idosos*. 1ªed. PsicoSoma.

Jacob, L. (2001). *A velhice*. Lisboa.

Lopes, A. (2001). *Libertar o desejo, resgatar a inovação. A construção de identidades*. Lisboa. Ministério da Educação. Instituto de Inovação Educacional.

Pais, J. M. (2007) in Cebolo, C. S. G. (2012). *Animação Sociocultural – Intervenção e Educação Comunitária: Democracia, Cidadania e Participação*. Ed. Intervenção – Associação para a promoção e divulgação cultural.

Pereira F. (2012). *Teoria e Prática da Gerontologia. Um guia para cuidadores de idosos*. 1ªed. PsicoSoma.

Rebello, J. E. (2009). In Cebolo, C. S. G. (2012). *Animação Sociocultural – Intervenção e Educação Comunitária: Democracia, Cidadania e Participação*. Ed. Intervenção – Associação para a promoção e divulgação cultural.

Rodriguez, R., P., et al. (1999). *Residencias para Personas Mayores. Manual de orientación*. Madrid. Ed. Panamericana. 2ª Ed.

Serrano, G. P. (1997). *Animação sociocultural- Teorias, programas e âmbitos*. Lisboa: Horizontes Pedagógicos – Instituto Piaget.

Sousa, Figueiredo,& Cerqueira (2004). *Envelhecer em família: os cuidados familiares na velhice*. Porto. Ambar.

VALA, Jorge (1986). A análise de conteúdo. In Santos Silva, A. & Madureira Pinto, J. (orgs.) *Metodologia das ciências sociais*. Porto. Edições Afrontamento.

Viscarret, J. J. (2007). *Modelos e métodos de intervención en Trabajo Social*. Madrid Alianza Editorial

