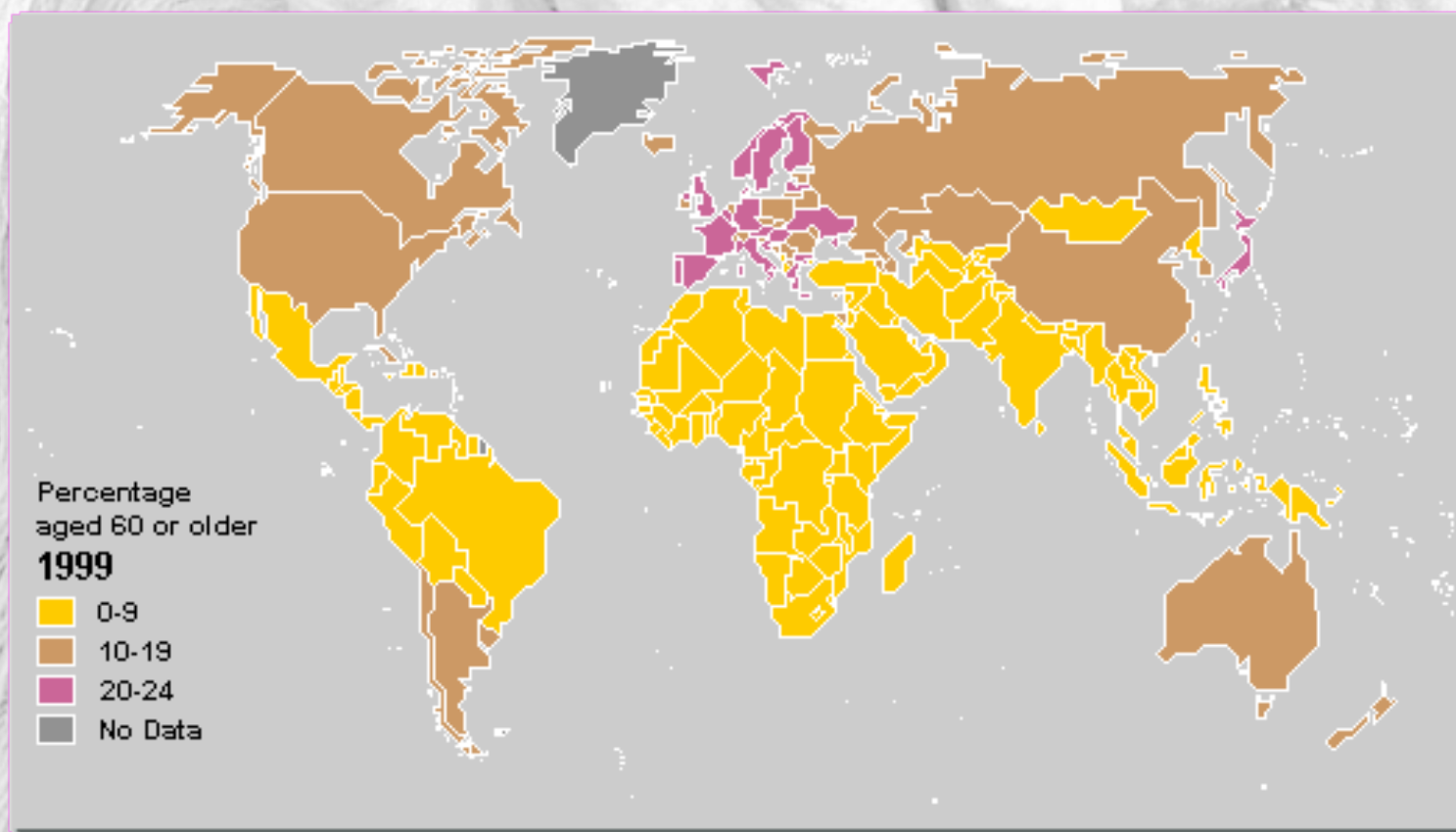


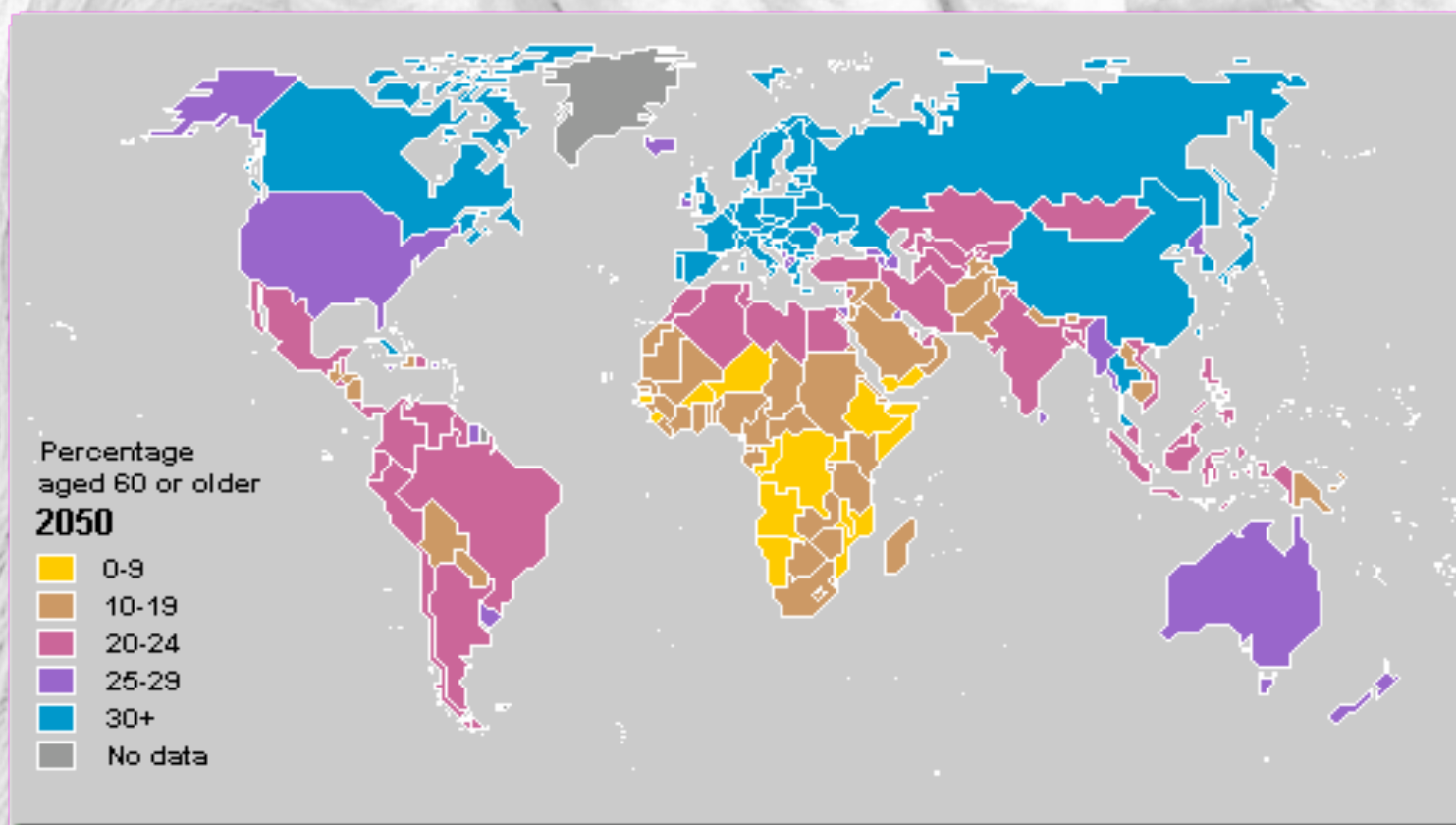
A black and white photograph showing a close-up of an elderly person's face and hand. The hand is resting on the forehead, with fingers spread. The skin on both the hand and face is heavily wrinkled, indicating advanced age. The person's eyes are closed, and their expression is serene. The lighting is soft, highlighting the textures of the skin and hair.

envelhecimento

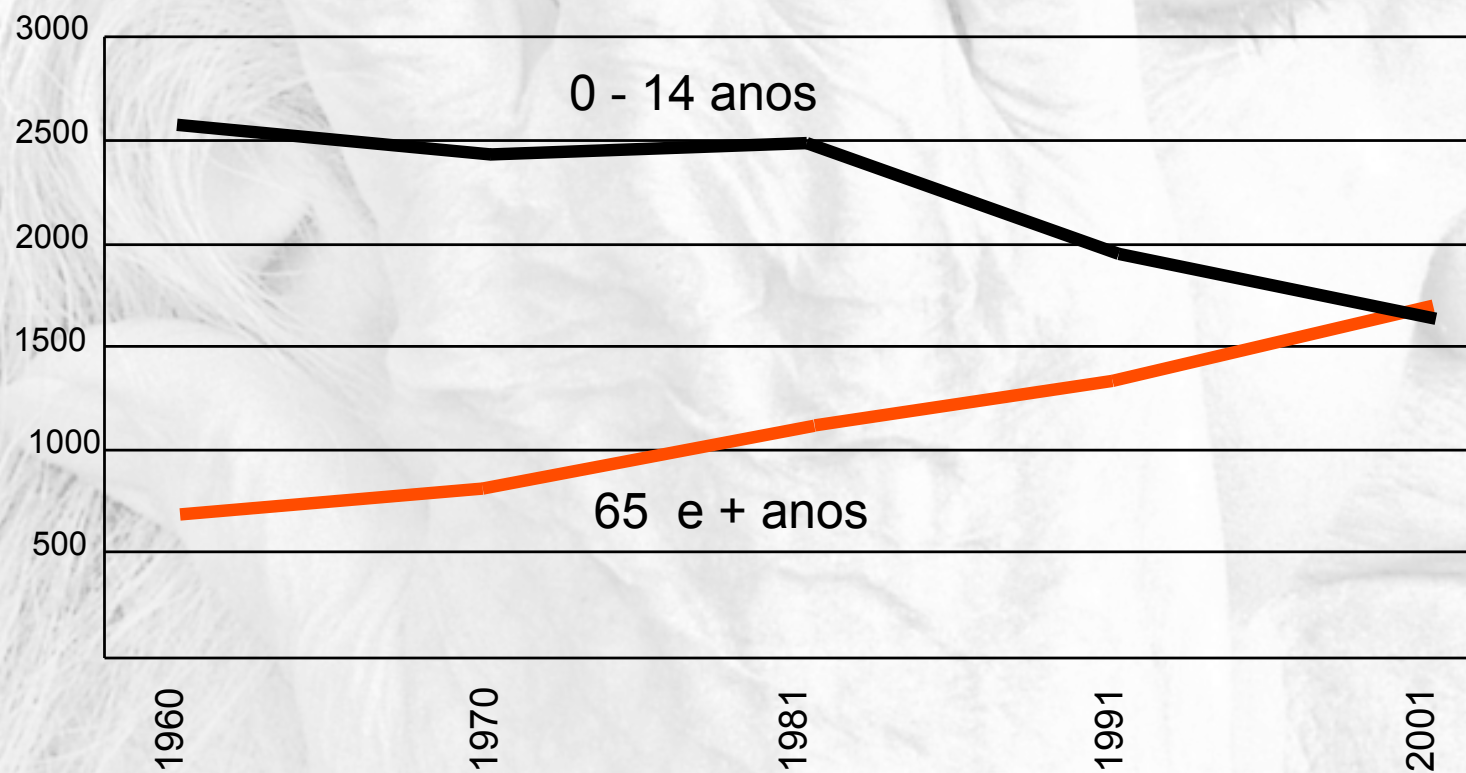
Percentagem da população mundial com 60 anos ou mais - 1999



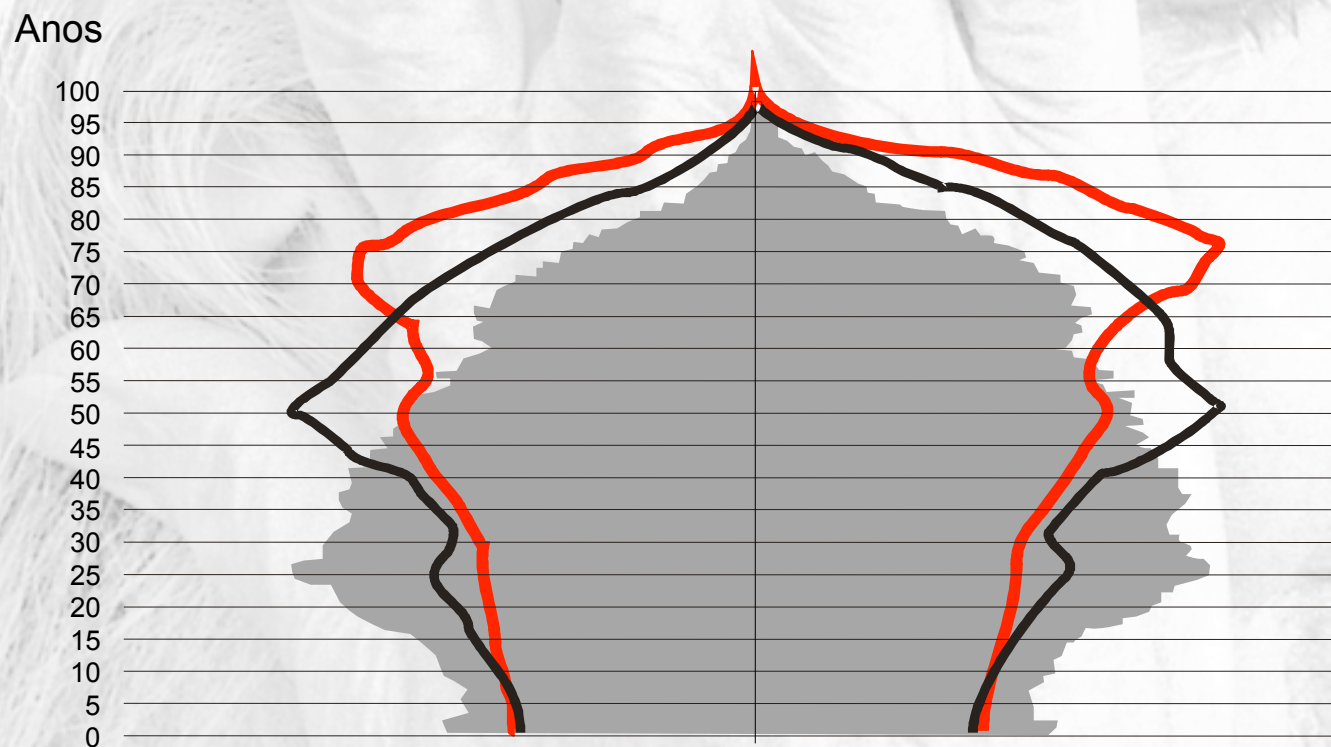
Percentagem da população mundial com 60 anos ou mais - 2050



População residente em Portugal, 1960 - 2001



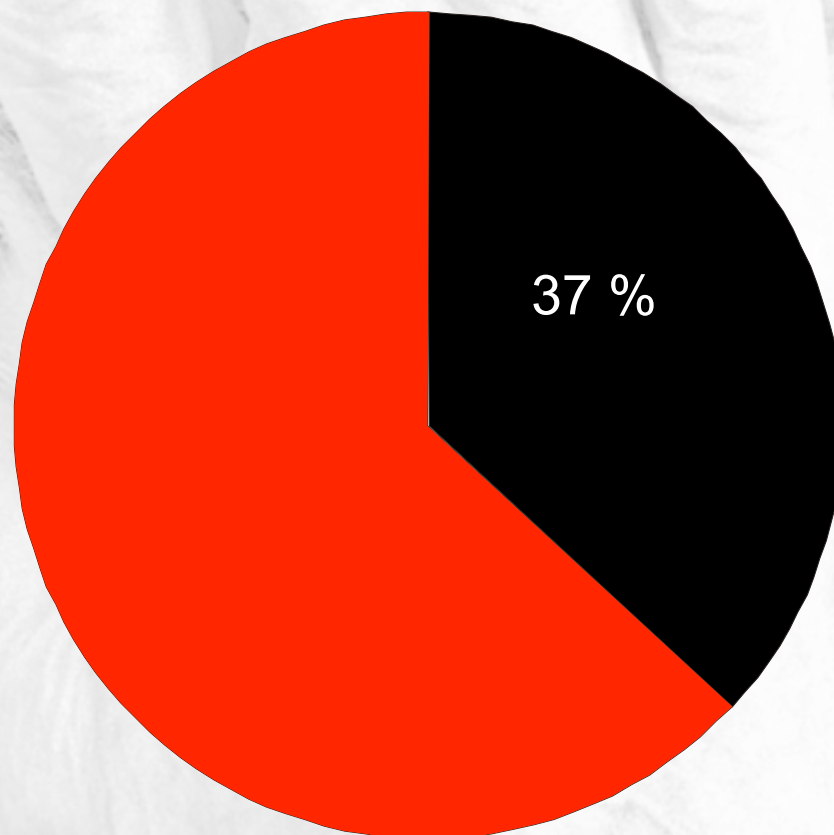
População residente em Portugal – 2001 projectões 2025 e 2050



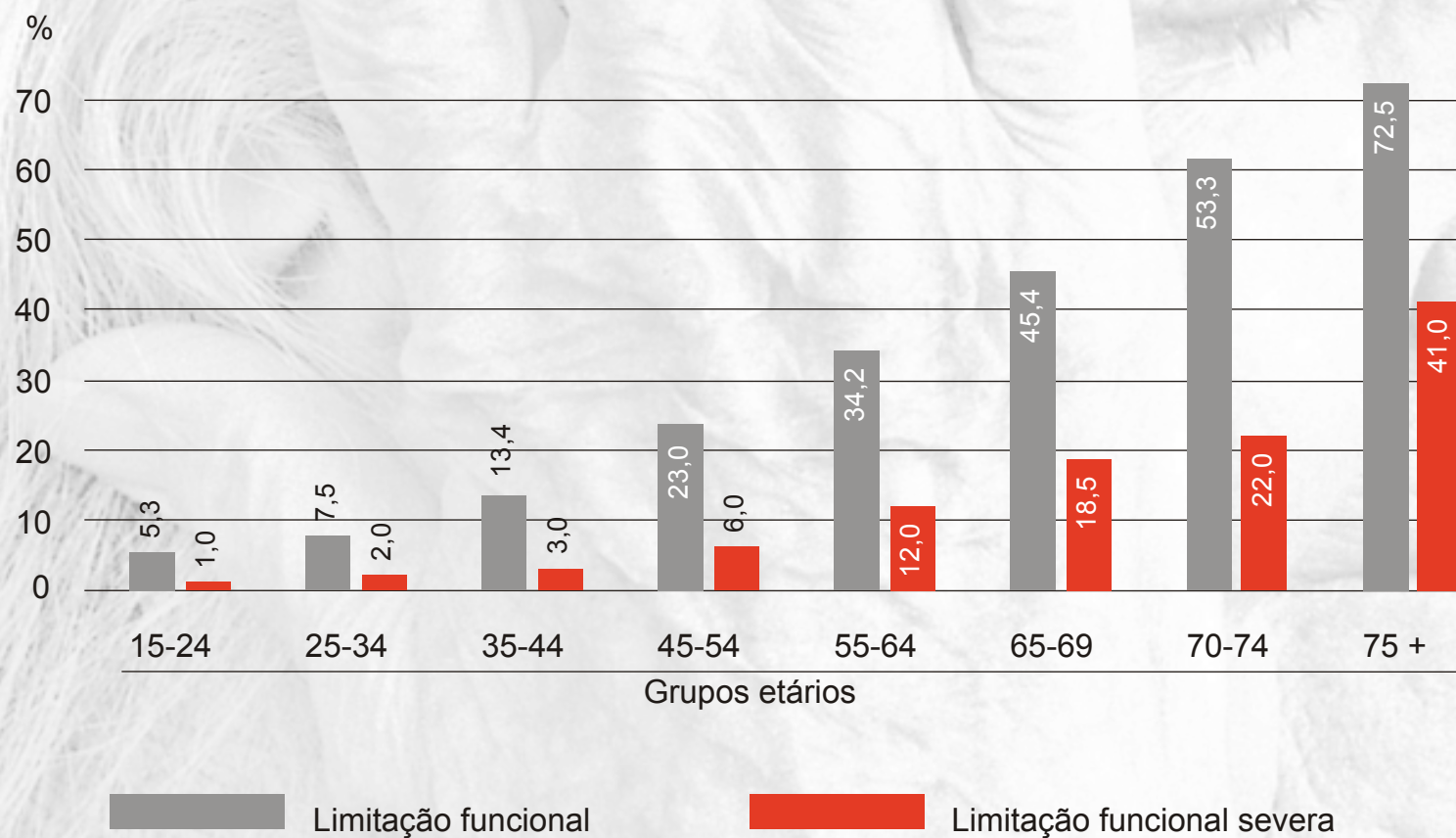
Fonte: INE

Portugal em 2050

População com 60 ou mais anos

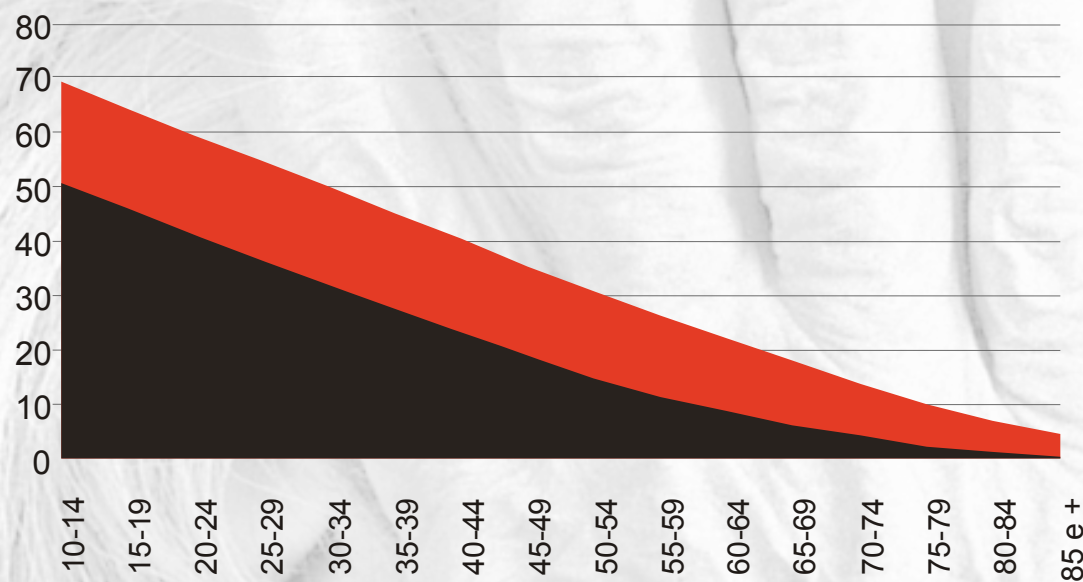


Limitações funcionais em função da idade

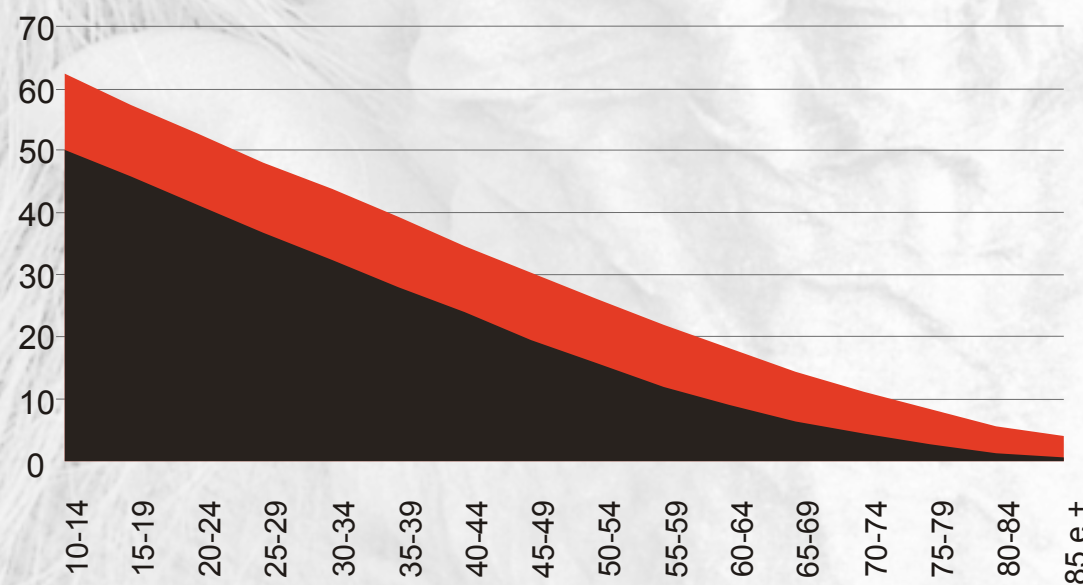


(Besson, R. (ed.) 1995. Trends in technologies for disabled and elderly people. COST 219)

Esperança de vida / Esperança de vida sem incapacidades



Mulheres



Homens

Características da população idosa

Embora não se possa generalizar a todos os idosos, verifica-se como tendência neste grupo etário:

- Problemas de visão, tal como acuidade degradada, visão central diminuída e capacidade reduzida de percepção do meio;
- Redução da mobilidade articular;
- Capacidade reduzida de detectar, localizar e discriminar sons;
- Capacidades cognitivas, de concentração e de memória limitadas;
- Resistência física reduzida;
- Tolerância reduzida a temperaturas e ambientes extremos;
- Agilidade, equilíbrio e estabilidade diminuídos;
- Incapacidade de reagir a situações perigosas com rapidez;
- Reflexos mais lentos;
- Raciocínio, capacidade de decisão e autoconfiança diminuídos.

**Tem alguma dificuldade em andar,
subir ou descer escadas?**

Sim

63,14 %

Não

33,45 %

NS/NR

3,14 %

Qual o grau de dificuldade que tem para andar ou subir ou descer escadas?

Alguma dificuldade

60,54 %

Grande dificuldade

35,14 %

NS/NR

4,32 %

Há degraus na entrada do edifício?

Tem 1 ou mais degraus

73,38 %

Não tem degraus

23,21 %

NS/NR

3,41 %

Depois de entrar no edifício, há degraus até ao r/c?

Tem 1 ou mais degraus

57,68 %

Não tem degraus

34,13 %

NS/NR

8,19 %

O edifício tem elevador?

Tem elevador

26,96 %

Não tem elevador

69,28 %

NS/NR

3,75 %

Existem degraus até chegar ao elevador?

Sim

48,81 %

Não

44,05 %

NS/NR

1,19 %

Agora ou quando for mais velho gostaria de ...





Problema

Oportunidade

Desafio



Estados Unidos da América

Nos Estados Unidos o rendimento médio líquido das pessoas entre os 55 e os 59 anos é de \$250.000 enquanto no grupo dos 35 aos 39 é de \$50.000

A Reserva Federal calcula que as pessoas acima dos 50 anos controlam 77% das participações financeiras dos Estados Unidos, no valor de \$800 biliões.

Este grupo que significa 35% da população dos Estados Unidos recebe 42% dos rendimentos líquidos.



Alemanha

As pessoas com 60 e mais anos têm um poder de compra de 316 bilhões de euros, o que representa perto de um terço do consumo privado.

Em 2050, dada a evolução demográfica previsível, serão responsáveis por 41% do consumo.



Reino Unido

As pessoas dos 45 aos 54 anos gastam anualmente mais 28% do que os de 30 anos e menos

15 % mais em roupa

33 % mais em comida

31 % mais em artigos pessoais

98 % mais em actividades/serviços de lazer



Portugal

De acordo com estudos recentes, população idosa é o grupo mais afectado pela pobreza, sendo essa condição mais acentuada em agregados domésticos com idosos. Segundo estatísticas governamentais, cerca de 30 da população idosa vive em situação de pobreza em Portugal, embora se tenham registado progressos assinaláveis (decreceu de 38% em 1999 para 28% em 2005)

A black and white photograph of an elderly person's face and hand. The person's hand is raised, with fingers slightly curled, resting near their face. The skin is wrinkled, and the hair is white. The text "Isolamento", "Solidão", and "Prevenção" is overlaid on the left side of the image.

Isolamento

Solidão

Prevenção

Tipologia do agregado familiar, 2007 (%)

Tipologia do Agregado Familiar	%
Sénior só	31,4
Sénior e cônjuge	47,5
Sénior com um idoso	0,7
Casal com idoso	0,5
Sénior com descendentes	5,1
Casal com descendentes	12,8
Outras	1,4
Não responde	0,7
Total	100

Considerando apenas as famílias compostas por idosos, 50,5% são compostas por um único idoso e 48,1 % por dois idosos

Tipologia do agregado familiar do sénior, segundo os grupos etários, 2007 (%)

Tipologia do Agregado Familiar	Grupos etários			
	55-64	65-74	75-84	85 ou mais
Sénior só	20,7	26,4	48,6	58,2
Sénior e cônjuge	40,8	59,8	41,4	27,3
Sénior com um idoso	0,0	1,4	0,6	0,0
Casal com idoso	0,2	0,8	0,3	0,0
Sénior com descendentes	6,5	3,2	5,7	7,3
Casal com descendentes	28,6	7,0	2,1	3,6
Não responde	0,7	0,6	0,6	1,8
Outras	2,5	0,8	0,6	1,8
Total	110	100	100	100



Viver sozinho, solidão e isolamento

Há que entender as diferenças subtis entre viver sozinho, solidão e isolamento. A solidão prende-se mais com a opinião dos indivíduos acerca do seu nível de interacção social; isolamento é uma medida do distanciamento do indivíduo face à comunidade em geral enquanto que viver sozinho não leva necessariamente a nenhuma das situações.



Prevenir a exclusão social

O processo de exclusão social associado ao envelhecimento e à reforma, pode e deve ser prevenido antes que este aconteça. A faixa etária que se aproxima da idade da reforma precisa também de iniciativas que preparem a transformação de estilo de vida que está para chegar. Só assim será possível de uma forma sustentável garantir a integração dos futuros idosos, cada vez mais numerosos.

A black and white photograph of an elderly person's face and hand. The hand is gently touching the face, with fingers resting on the forehead and cheek. The image is high-contrast, emphasizing the textures of the skin and hair.

Intergeracionalidade

Práticas

Princípios



O Que são práticas intergeracionais

“são veículos que propositadamente fomentam o intercâmbio permanente de recursos e de aprendizagens entre as gerações mais velhas e as mais jovens, com o intuito de proporcionar benefícios individuais e sociais



A que princípios devem obedecer

1. Ter benefícios mútuos e recíprocos
2. Serem participadas
3. Baseadas em mais valias
4. Serem bem planeadas
5. Fundadas em bases culturais
6. Reforçarem laços na comunidade e promoverem uma cidadania activa
7. Desafiar a gerontofobia
8. Serem interdisciplinares

A black and white photograph of an elderly person's face and hand. The person's hand is raised, with fingers slightly curled, resting near their face. The skin is wrinkled, and the hair is white. The background is a soft, out-of-focus grey.

Potencial humano

Capacidades

Valorização



