



---

## 6. EAS – Envelhecimento Ativo e Saudável

**Docente Responsável:** Prof. Doutor José Luiz Telles / Prof.<sup>a</sup> Doutora Patrícia Barbosa

**ECTS: 4**

### **Objetivos da Unidade Curricular:**

No final desta unidade curricular, os alunos deverão ser capazes de:

Reconhecer o panorama mundial do envelhecimento populacional e suas implicações para as políticas de proteção social, em especial a saúde;

Analisar as implicações das desigualdades e iniquidades em saúde para o envelhecimento ativo e saudável tendo por referência os determinantes sociais em saúde;

Debater as atuais medidas governamentais em relação à garantia de qualidade de vida da população idosa em Portugal em perspetiva crítica e propositiva a partir de estudos de caso;

Analisar e/ou desenvolver projetos, atividades ou ações no âmbito do envelhecimento ativo e saudável;

Valorizar as especificidades da saúde da população idosa que impõem medidas sócio sanitárias de proteção, prevenção e promoção da saúde.

### **Conteúdo Programático:**

Envelhecimento populacional – tendências da transição demográfica e da transição epidemiológica no mundo e em Portugal e agenda internacional para o envelhecimento ativo e saudável;

Determinantes sociais em saúde e suas implicações para o envelhecimento ativo e saudável;

Autonomia e independência em pessoas idosas – como avaliar?;

Fragilidade e as síndromes geriátricas;

Promoção da saúde e envelhecimento;

O idoso na sociedade: violências e estereótipos;

Bioética e os cuidados no fim da vida

Modalidades de serviços e gestão do cuidado às pessoas idosas

Cuidados formais e informais a idosos dependentes: implicações para o ato do cuidar;

Práticas inovadoras no cuidado, na proteção e na promoção da saúde da pessoa idosa e nos processos de autogestão de sua saúde.

### **Metodologia de ensino:**

Aulas teóricas em sistema participativo;

Seminários (análise crítica e discussão de situações problema);

Atividades em e-learning;

Apresentação e discussão de trabalhos de grupo.

### **Avaliação:**

Atividades individuais em e-learning (20%)

Participação nas aulas, assiduidade (20%);

Trabalho final escrito (60%).