

Região Centro ensina a envelhecer com qualidade

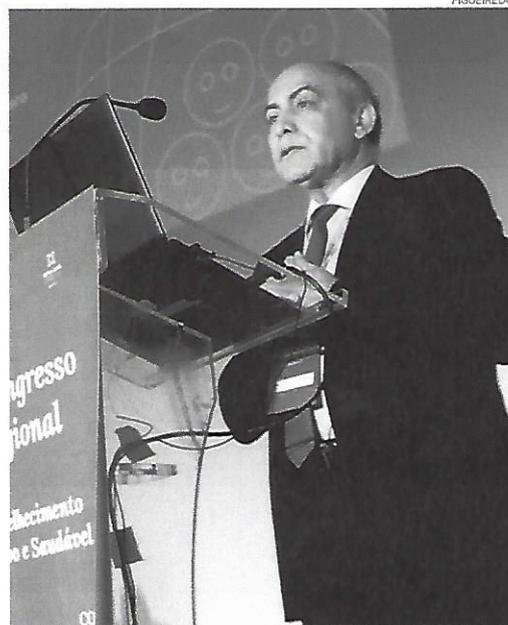
Consórcio Ageing@Coimbra debateu envelhecimento activo e saudável e distinguiu os melhores de 148 projectos

Andrea Trindade

Actualmente com mais 70 parceiros, o consórcio Ageing@Coimbra pretende ser potenciador das boas práticas que contribuam para que os idosos tenham cada vez melhor qualidade de vida e possam continuar a contribuir activamente para a sociedade. «Um modelo que em boa hora foi criado», que está a dar frutos e que «poderá não só ser replicado noutras regiões como exportado para outros países da Europa», declarou ontem o seu coordenador Manuel Teixeira Veríssimo, na abertura do VI Congresso Regional sobre Envelhecimento Activo e Saudável.

Para o médico e professor da Universidade de Coimbra, uma das instituições fundadoras do consórcio, o trabalho feito desde 2012/2013 - envolvendo autarquias, instituições de ensino superior, Administração Regional de Saúde, Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Centro (CCDR), diversas instituições privadas e empresas - «mostra que a região Centro está à frente do pelotão» no que se refere «à investigação, ao conhecimento e à promoção da saúde e qualidade de vida» no envelhecimento.

«Viver mais anos não chega, é preciso viver com saúde, qualidade e felicidade», referiu Teixeira Veríssimo, considerando o envelhecimento «um desafio para a sociedade, para as famí-



Manuel Teixeira Veríssimo, coordenador do Ageing@Coimbra

lias e para os próprios cidadãos». «Hoje em dia, estamos numa fase intermédia, em que os idosos não foram preparados para viver tanto», admitiu, no início dos trabalhos que decorreram na Igreja do Convento São Francisco, com conferências e debates sobre o tema.

«Dar visibilidade, espaço e voz aos projectos empreendedores» dinamizados no terreno por diversas instituições é, como recordou Alexandra Rodrigues, da CCDRC, o principal objectivo do Prémio Boas Práticas Envelhecimento Activo e Saudável da Região Centro. Mais do que distinguir os me-

lhores (ver caixa), a iniciativa visa «gerar partilha e inspiração, para que uns possam aprender com os outros e melhorar o seu desempenho».

Segundo Alexandra Rodrigues, nesta segunda edição do prémio foram admitidas 148 candidaturas, envolvendo um total de 188 promotores, sendo 25 candidaturas em co-promoção. Os projectos, que abrangem as categorias Saúde, Investigação e Vida, chegam de 59 municípios da região Centro. Os participantes foram convidados a expor posters dos seus projectos junto ao espaço do congresso. ◀

Projectos

“Praça Vida+”

Vencedor na categoria “Conhecimento”, o projecto apresentado pelo Instituto Pedro Nunes e pela Universidade de Coimbra consistiu num evento realizado em Julho, no Alma Shopping, com avaliação de estilos de vida saudáveis e divulgação de iniciativas na área do envelhecimento. Participaram 2.000 cidadãos.

“Saúde mais perto de si”

A unidade de saúde móvel da Associação de Socorros Mútuos Mutualista Covilhanense, que presta serviços de enfermagem, cuidados médicos e apoio psicológico e social à população sénior de freguesias rurais da Covilhã venceu na categoria “Saúde”. Engloba 25 entidades parceiras presta cuidados de enfermagem a 1.500 seniores e de saúde a 350.

“EU no musEU”

Programa para pessoas com demência e seus cuidadores, do Museu Nacional Machado de Castro e da Alzheimer Portugal venceu na categoria de “Vida”. Centra-se na fruição e socialização, através de abordagens complementadas com teatro, música, contos e outras dinâmicas de grupo. Em sete anos, foram realizadas 66 sessões mensais, com 28 pessoas com demência e 36 cuidadores.

Menções honrosas

“Apoiar no auto-cuidado de utentes e cuidadores”, do Politécnico de Leiria; “Sistemas interactivos para reabilitação motora baseados em neurociência”, dos Grupos CMM e CMV; “Inclusão, cognição e saúde” da Misericórdia de Vila Velha de Ródão; “PAPI - Programa de Apoio Psicológico ao Idoso”, da Peroneo; “A beleza não é só minha”, da Universidade Sénior de Tondela; “Avós(z) da ciência”, do Município de Torres Vedras; e “Cyber Sénior”, da Fundação Otilia Lourenço e José Lourenço Júnior.

Imigração pode compensar o envelhecimento da população

Portugal é um país envelhecido e enfrenta ano após ano um decréscimo da população que pode ser minimizado com a entrada de imigrantes, defendeu o presidente da Cruz Vermelha Portuguesa (CVP), Francisco George. No entender

do antigo director-geral de Saúde, «a imigração pode vir alterar de uma maneira muito eficaz e rápida» esta tendência. A Alemanha «tinha um problema de envelhecimento dramático», mas a situação foi alterada com «entrada massiva de

milhões de refugiados», recordou. No congresso do Ageing@Coimbra, o presidente da CVP realçou a necessidade de Portugal «organizar respostas sociais» adequadas aos novos problemas do envelhecimento. ◀