

PROGRAMA DA UNIDADE CURRICULAR

Unidade Curricular:	<i>Envelhecimento Activo</i>				
Curso:	CURSO DE LICENCIATURA EM ENFERMAGEM				
Ano Lectivo	2011 / 2012				
Ano Curricular	2º Ano/ 3º Ano	Semestre	1º S	Nº de ECTS	3 ECTS
Equipa Pedagógica:					
• Regente/Coordenador	Professora Adjunta Joanna Maria de Sousa e Brito Mertens				
• Docentes	<ul style="list-style-type: none"> • Professora Adjunta <i>Joanna Maria de Sousa e Brito Mertens</i> • Professora Adjunta <i>Maria Adelaide Pedreira Reina Pita Negrão</i> • Professora Coordenadora <i>Dulce dos Santos Gaspar Cabete</i> • <i>Prefectores Externos convidados</i> 				
Finalidade	Promover a qualidade de vida da Pessoa idosa prevenindo incapacidades decorrentes do processo de envelhecimento				
Objectivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar as problemáticas inerentes ao processo de envelhecimento • Contribuir para a prevenção de acidentes relacionados com as problemáticas inerentes ao processo de envelhecimento • Compreender / identificar o papel / funções do Enfermeiro Generalista junto da Pessoa Idosa e família 				
Programa	<ul style="list-style-type: none"> • Processo de Envelhecimento • Conceito de Qualidade de vida para a Pessoa Idosa • Conceito de Deficiência / Incapacidade / Limitação da Participação (CIF) • Avaliação Funcional da Pessoa Idosa: <ul style="list-style-type: none"> ○ Exame Físico e postural ○ Escalas / instrumentos de Avaliação (MIF) • Movimento para a Pessoa Idosa: (hidroginastica / Exercício Físico / Tai Shi / Ioga / Pilates) • Programas de Manutenção / Recuperação / Maximização da Função • Empowerment da Pessoa Idosa • Mobilização das Pessoas Idosas • Cuidados com o Cuidador Formal e Informal • Avaliação de riscos para a Pessoa Idosa: (Escalas / Instrumentos) <ul style="list-style-type: none"> ○ Riscos de Quedas ○ Acidentes domésticos • Cidades Amigas das Pessoas Idosas / Ambientes capacitadores 				
Horas de Trabalho:					
• Teóricas	21 Horas	• Teórico-Práticas	20 Horas		
• Seminário		• Orientação Tutorial			
• Práticas Laboratoriais		• Trabalho de Campo			
• Estágio					

PROGRAMA DA UNIDADE CURRICULAR

<p>Metodologia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aulas expositivas • Demonstração de Mobilizações de Pessoas Idosas • Vivência simulada de algumas incapacidades: mobilidade / audição / visão • Aulas práticas conjuntas com Pessoas Idosas de Ginástica / hidroginastica • Visitas de Estudo • Trabalho de campo
<p>Avaliação</p>	<p>Trabalho de Grupo apresentado em sala de aula e discussão do mesmo.</p>
<p>Bibliografia Principal</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ABRIC, Max; DOTTE, Paul – Gestos e Activação para pessoas idosas: ergomotricidade e cuidado gerontológico. Loures:Lusociência, 2002.313 p. ISBN 972-8383-38-X • BERGER, Louise; MAILLOUX-POIRIER, Danielle – Pessoas Idosas: uma abordagem global. Lisboa: Lusodidacta, 1995.ISBN 972-95399-8-7 • PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direcção Geral da Saúde - Como prevenir as quedas: recomendado aos prestadores de cuidados informais. Lisboa: DGS.2000. Guias para as Pessoas Idosas.4. ISSN 0872-2455 • PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direcção Geral da Saúde – Prevenção dos acidentes domésticos com Pessoas Idosas_ Lisboa: DGS, [2006]. Acessível em www.dgs.pt. • PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direcção-Geral da Saúde (2004) - Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas 2004-2010. Lisboa: DGS. • PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direcção-Geral da Saúde. Divisão de Doenças Genéticas, Crónicas e Geriátricas (2006) - Programa nacional para a saúde das pessoas idosas. Lisboa: DGS. ISBN 972-675-155-1 • SQUIRE, Anne- Saúde e bem-estar para pessoas idosas: fundamentos básicos para a prática. Loures: Lusociência, 2005. 430 p. ISBN 972-8383 – 87 – 8