



newsletter

MELHORAR AS COMPETÊNCIAS DOS CUIDADORES DE IDOSOS PARA A
PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL ATRAVÉS DA TRANSIÇÃO DIGITAL

Edição Nº 1 | Julho 2022

OBJETIVO DO PROJETO

Recentemente, a OMS descreveu o plano para a Década do Envelhecimento Saudável 2021-2030, onde os cuidadores, incluindo jovens e familiares, desempenham um papel importante na promoção do envelhecimento saudável para as gerações atuais e futuras, bem como na promoção da solidariedade intergeracional. Neste sentido, torna-se necessária uma abordagem inovadora, baseada na transformação digital, para capacitar os cuidadores formais e informais sobre como ajudar os idosos a compreender e colocar em prática as linhas orientadoras que sustentam um envelhecimento ativo e saudável.

O projeto visa melhorar as competências dos cuidadores de idosos na promoção do envelhecimento saudável, ajudando-os na realização e planeamento das atividades diárias. Nesse sentido, serão desenvolvidos conteúdos e ferramentas de elevada qualidade com base nas políticas e recomendações mundiais (Atenção Integrada para os Idosos, ICOPE). O contexto nacional e regional será também considerado com o objetivo de aumentar a adesão e motivação dos cuidadores.

O EducAGE pretende contribuir para melhoria dos cuidados prestados à pessoa idosa através da atualização de conhecimentos e competências dos cuidadores informais e formais. Neste sentido, serão desenvolvidas parcerias com instituições e associações que acompanhem e suportem o trabalho dos cuidadores, visando a criação de ferramentas de formação que se enquadrem na sua realidade

149,2 milhões

A União Europeia prevê um aumento da população idosa para cerca de 149,2 milhões em 2050, representando 28,5% da população total.

80%

Na Europa, os cuidadores informais representam 80% da rede de prestação de cuidados continuados.

65 anos

A maioria dos cuidadores informais são mulheres com mais de 65 anos, um grupo populacional que de modo geral teve menos acesso a oportunidades ao longo da vida, incluindo o acesso à formação.

desafiando-as a desenvolver e consolidar as suas competências na área da prevenção do declínio funcional do idoso, na gestão das condições clínicas mais comuns associadas às pessoas mais velhas e na implementação de estratégias de autocuidado.

Pretende-se também com este projeto contribuir para a melhoria das competências digitais dos cuidadores através da transformação digital do contexto de aprendizagem. O alcance dos objetivos traçados pelo projeto ajudará a aumentar as competências dos cuidadores a nível nacional e europeu.

RESULTADOS DO PROJETO

CURSO HÍBRIDO DE FORMAÇÃO



Será desenvolvido um curso de aprendizagem combinado para melhorar as competências dos cuidadores (plataforma e-learning + sessões presenciais, baseadas em metodologias pedagógicas inovadoras). Os cuidadores receberão formação de acordo com os três módulos principais referidos pelas diretrizes ICOPE da OMS:

- Módulo I – Declínio da capacidade intrínseca, incluindo perda de mobilidade, desnutrição, declínio cognitivo e sintomas depressivos;
- Módulo II – Síndromes geriátricas associadas à dependência de cuidados, incluindo o risco de quedas;
- Módulo III – Intervenções para auxiliar a prestação de cuidados e prevenir a sobrecarga do cuidador.



APLICAÇÃO MÓVEL PARA M-LEARNING

Será desenvolvida uma aplicação móvel para a formação dos cuidadores (m-learning). Para isso, o conteúdo da aplicação m-learning será constituído por vídeos curtos, jogos interativos, dicas úteis, exercícios práticos e endereços de páginas web com informação relevante, entre outros. O objetivo desta aplicação móvel é facilitar a criação de conhecimento e o desenvolvimento das capacidades de resolução de problemas dos cuidadores, recorrendo a uma plataforma flexível que promova a autoaprendizagem. A aplicação terá elevada compatibilidade e será fácil de utilizar.



LIVRO BRANCO DIGITAL

Será criado um livro branco digital que reúna orientações, formulários/exemplos, recursos/endereços de páginas web, ferramentas práticas/dicas úteis, entre outros, por e para todos os países parceiros. Este livro digital pretende ser um suporte ou base teórica sólida para orientar a prática do cuidador. Para atingir este objetivo, a equipa envolvida no Projeto irá recolher e rever as recomendações atuais sobre prestação de cuidados ao idoso por forma a promover a implementação de boas práticas, permitindo que os cuidadores obtenham resultados ótimos em termos funcionais.

PROGRESSO DO PROJETO

O projeto teve início em novembro de 2021 e terá a duração de 24 meses. No dia 31 de janeiro de 2022, foi realizada uma reunião de abertura online onde o Coordenador do projeto apresentou as atividades e resultados esperados e atribui tarefas a cada um dos parceiros envolvidos. No dia 9 de junho de 2022, decorreu uma reunião presencial na cidade da Guarda, organizada pelo Politécnico da Guarda.

O esforço da equipa está centrado na criação do livro branco digital e no desenvolvimento das maquetas da aplicação móvel para m-learning e do curso híbrido de formação. Todos os parceiros realizaram até ao momento uma pesquisa nacional e internacional aprofundada para recolher e compilar a informação mais relevante que serão convertidas num livro digital que pretende apoiar os cuidadores a promover intervenções que visam o envelhecimento saúde.

A página web do projeto foi desenvolvida e lançada. Foi ainda criado um panfleto informativo sobre o projeto em inglês e traduzido para os idiomas de cada parceiro.

Página web do projeto: educage-project.eu

Link de acesso ao panfleto:
<https://educage-project.eu/pt/leaflet-pt/>



Até ao momento, foram divulgados sete comunicados de imprensa nas páginas web das instituições dos parceiros e nos meios de comunicação social locais/regionais.

Saiba mais sobre as notícias em:
<https://educage-project.eu/pt/news-pt/>

APRESENTAÇÃO DOS PARCEIROS ENVOLVIDOS NO PROJETO

POLI TÉCNICO GUARDA

O Politécnico da Guarda é uma instituição de ensino superior direcionada para o ensino, atividades de investigação, e serviços à comunidade, incluindo intercâmbios culturais, científicos e técnicos.

Neste momento, forma alunos nas mais diversas áreas, desde a tecnologia ao turismo, passando também pela educação, desporto e ciências da saúde, formando por exemplo profissionais na área da enfermagem e gerontologia. O Politécnico da Guarda tem vindo a desenvolver vários projetos de investigação e programas comunitários que promovem o envelhecimento ativo e saudável envolvendo diversos setores da comunidade. Neste quadro, foram estabelecidos vários protocolos de colaboração com entidades públicas (municípios e centros de saúde) e organizações sem fins lucrativos dedicadas à prestação de cuidados e assistência a idosos (associações, acolhimento residencial e centros sociais). Os projetos mais recentes foram dedicados à literacia para a saúde, inclusão social e promoção de atividades físicas e cognitivas que melhorem a saúde através de uma abordagem intersectorial.

politecnicoguarda.pt



A Universidade de Charles (CUNI) é a maior universidade, e também a mais antiga, da Chequia, formando cerca de 49 mil estudantes. A universidade é constituída por 17 faculdades e oferece cerca de 164 programas de formação. A Faculdade de Medicina de Hradec Králové foi fundada em 1945. Nesta faculdade estão disponíveis os seguintes cursos: medicina geral e odontologia (lecionados em checo e inglês) e enfermagem, com cerca de 1500 estudantes pré-graduados (300 dos quais no idioma inglês). Para além disso, a faculdade possui cerca de 22 programas de doutoramento com mais de 230 estudantes de doutoramento.

Relativamente ao desempenho na vertente de investigação, a faculdade conta com 190 cientistas, sendo a sua produção científica de aproximadamente 300 artigos científicos originais por ano. A investigação concentra-se nas doenças crónicas não transmissíveis (sendo o foco dedicado às doenças dos sistemas cardiovascular e diabetes, entre outras), bem como em áreas do envelhecimento da população, incluindo estudos de regeneração e nutrição, oncologia e hemato-oncologia e medicina personalizada, como novos procedimentos de diagnóstico.

lfhk.cuni.cz



Centro de Cirugía de Mínima Invasión
Minimally Invasive Surgery Centre
Jesús Usón

A Fundação Centro de Cirugía de Mínima Invasión Jesús Usón (CCMIJU) é uma instituição multidisciplinar dedicada à excelência em investigação e treino de técnicas cirúrgicas minimamente invasivas. Esta instituição está empenhada no desenvolvimento tecnológico e na inovação na área da saúde. O seu objetivo é melhorar a qualidade dos cuidados de saúde prestados aos utentes, fornecendo a cirurgiões e outros profissionais de saúde soluções de treino inovadoras. O CCMIJU já participou em mais de 200 projetos; publicou mais de 300 artigos científicos em revistas indexadas no JCR e mais de 50 livros e capítulos de livros.

O CCMIJU tem experiência em duas áreas relevantes deste projeto: 1) tem uma vasta experiência na formação de profissionais de saúde e cirurgiões, desenvolvendo novos e inovadores materiais de formação e ferramentas de aprendizagem como aplicações móveis; 2) O CCMIJU esteve envolvido em dois projetos de promoção do envelhecimento ativo através da criação de novas ferramentas e sistemas que permitam o treino físico e cognitivo dos idosos.

ccmijesususon.com

APRESENTAÇÃO DOS PARCEIROS ENVOLVIDOS NO PROJETO



Com uma tradição de mais de 250 anos de excelência académica, a Universidade de Semmelweis é internacionalmente reconhecida como um dos principais centros de prestação cuidados de saúde da Europa. Classificada entre as mais prestigiadas instituições de investigação na Hungria, mais de 1300 de seus funcionários estão ativamente envolvidos em atividades de investigação a decorrer e educação a nível do ensino superior, prestando relevante contribuição na formação profissional e contínua de adultos. O Departamento de Investigação Cirúrgica tem estado envolvido em 6 projetos da União Europeia na área da educação para adultos. A Instituição de Saúde Mental tem uma vasta experiência na investigação na área do envelhecimento ativo, incluindo prestação de cuidados de longo prazo, cuidadores familiares, envelhecimento e tecnologias de informação e comunicação, ambiente adaptado ao idoso, trabalhadores de cuidados a migrantes, relações intergeracionais, voluntariado, envelhecimento e mercado de trabalho e política social. Esteve também envolvido em vários projetos - 1. Happy Aging (Programa JP AAL, 2009-2011), 2. Skype e Care I (2010-2011). 3. Skype Care II (2013-2014). 4. CARIC (2011).

semmelweis.hu



A Universidade de Hradec Králové (UHK) foi fundada em 1959. Desde então, oferece formação superior de alta qualidade numa vasta área de ensino. A variedade de atividades de formação inclui as áreas da economia, informática e gestão (Faculdade de Informática e Gestão), educação, disciplinas artísticas e linguísticas (Faculdade de Educação), ciências naturais e áreas de engenharia (Faculdade de Ciências), e ciências sociais e humanas (Faculdade Filosófica). A missão da Universidade de Hradec Králové abrange três objetivos principais: criar oportunidades para o pleno desenvolvimento das capacidades de todos os candidatos interessados; possibilitar esse desenvolvimento através da oferta de programas educacionais de alta qualidade; e contribuir para a competitividade da região e para a qualidade de vida de seus cidadãos. As áreas de investigação da universidade incluem o envelhecimento saudável e qualidade de vida, segurança e desenvolvimento sustentável na sociedade digital e novos desafios na educação. A UHK tem atualmente 424 docentes (dos quais 193 são mulheres) e 74 investigadores (dos quais 16 são mulheres).

uhk.cz



montanhas
de investigação

O MORE - Laboratório Colaborativo Montanhas de Investigação é uma associação privada sem fins lucrativos que pretende ser um elo entre o conhecimento científico produzido em instituições académicas e científicas e a comunidade empresarial. O MORE prioriza a transferência de conhecimento e tecnologia de centros de investigação e inovação em áreas de montanha para as empresas, por forma a criar valor económico, social e cultural. O MORE aposta na valorização dos subprodutos da agroindústria, promove uma agricultura e silvicultura sustentáveis, estimula a preservação do património cultural e a valorização territorial e desenvolve energia limpa, eficiente e tecnologia inteligente. O More está atualmente a estabelecer parcerias estratégicas com parceiros industriais no sentido de diminuir a lacuna existente entre os resultados gerados pela investigação e as empresas.

morecolab.pt

