



educ
age

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



Informação adicional

POLI
TÉCNICO
GUARDA



Centro de Estudos de História Social
Instituto Politécnico da Guarda - Guarda
Teresa Mira



University
of Hradec
Králové



 **Erasmus+**
Enriching lives, opening minds.

Adult education

Este Projeto é financiado pelo Programa Erasmus+ da União Europeia, identificado como o Projeto nº 2021-1-PT01-KA220-ADU-000028254.

Duração: o projeto teve início no dia 1 de novembro de 2021 e terá duração de 24 meses.

Este Projeto foi financiado com o apoio da Comissão Europeia. Esta publicação reflete apenas o ponto de vista dos autores, não podendo a Comissão Europeia ser responsabilizada pela utilização das informações nela contidas.

Contactos
Instituto Politécnico da Guarda
Av. Francisco Sá Carneiro, n.º 50
6300-559 Guarda

Telefone +351 271 220 100
WhatsApp: 961 903 792
<https://educage-project.eu>



Funded by
the European Union



OBJETIVO DO PROJETO

CONTEXTO

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

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 EducAGE 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 de elevada qualidade e ferramentas 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.



RESULTADOS



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. 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.



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:



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.

- 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.