

IPB

IPB



IV encontro  
de  
jovens  
investigadores

16 de novembro de 2016

**IV Encontro de Jovens Investigadores  
do Instituto Politécnico de Bragança**  
Livro de resumos



---

**Título:** IV Encontro de Jovens Investigadores do Instituto Politécnico de Bragança: livro de resumos

**Coordenação:** Anabela Martins

**Edição:** Instituto Politécnico de Bragança · 2017  
5300-253 Bragança · Portugal  
Tel. (+351) 273 303 200 · Fax (+351) 273 325 405

**Design:** Serviços de Imagem do Instituto Politécnico de Bragança

**ISBN:** 978-972-745-218-7

**Editor:** Instituto Politécnico de Bragança · 2016

**Disponível em:** <http://hdl.handle.net/10198/14364>

---

## Qualidade de vida em idosos institucionalizados submetidos a um programa de envelhecimento ativo

Rebello, Flávia<sup>1</sup>; Pires Magalhães, Carlos<sup>2</sup>; Anes, Eugénia<sup>3</sup>

<sup>1</sup>flavia\_rebello@hotmail.com, Portugal

<sup>2</sup>cmagalhaes@ipb.pt, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

<sup>3</sup>eugenia@ipb.pt, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

### Resumo

Proporcionar um envelhecimento com qualidade, deve constituir uma preocupação constante de qualquer estrutura residencial para pessoas idosas. Neste sentido, os programas de envelhecimento ativo podem constituir uma mais-valia. Este estudo teve como objetivo, avaliar a qualidade de vida em idosos institucionalizados submetidos a um programa de envelhecimento ativo. Desenvolveu-se um estudo quase-experimental, que recorreu à metodologia quantitativa. Usaram-se dois instrumentos de avaliação da qualidade de vida, um genérico e outro específico para a população idosa. A colheita de dados teve por base uma amostra de 37 idosos institucionalizados numa estrutura residencial para pessoas idosas, dividido por três grupos. Submeteu-se um grupo a um programa de envelhecimento ativo durante dois meses, outro já se encontrava em programa de envelhecimento ativo há longa data, restando um terceiro grupo que serviu de grupo de controlo. O programa de envelhecimento ativo abordado durante dois meses incluiu: o treino da memória a curto e longo prazo, a memória auditiva, visual e olfativa; a atenção, concentração e observação; a estimulação sensorial; a perceção espacial; a agilidade mental e perceptiva; a motricidade fina; e a participação em grupo. De uma forma geral, os resultados obtidos permitem-nos verificar melhorias da perceção da qualidade de vida, com diferenças estatisticamente significativas entre os dois momentos avaliados, com destaque para o grupo que já se encontrava em envelhecimento ativo há longa data.

**Palavras-Chave:** qualidade de vida; envelhecimento; institucionalização; envelhecimento ativo.

## Quality of life in institutionalized elderly undergoing an active aging program

Rebello, Flávia<sup>1</sup>; Pires Magalhães, Carlos<sup>2</sup>; Anes, Eugénia<sup>3</sup>

<sup>1</sup>flavia\_rebello@hotmail.com, Portugal

<sup>2</sup>cmagalhaes@ipb.pt, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

<sup>3</sup>eugenia@ipb.pt, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

### Abstract

Increasing aging quality should be a constant concern of any residential structure for older people. In this regard, active aging programs can be an asset. This study aimed to evaluate the quality of life among institutionalized elderly undergoing an active aging program. We developed a quasi-experimental study, based on quantitative methodology. Two tools to measure quality of life were used, a general one and a specific tool for the elderly. The data collection was based on a sample of 37 elderly institutionalized in a residential structure for older people, divided into three groups. One group was submitted to an active aging program for two months, another was already in active aging program for long, and a third group served as a control group. Active aging program addressed for two months included: training of short and long term memory, auditory memory, visual and olfactory; attention, concentration and observation; sensory stimulation; spatial perception; mental agility; fine motor skills; and group membership. In general, the results obtained allowed us to verify perception of improvement in quality of life, with statistically significant differences between both moments, especially the group that was already in active aging longstanding.

**Keywords:** quality of life; aging; institutionalization; active aging.