



# ABORDAGENS PARTICIPATIVAS COM ADULTOS MAIS VELHOS

ACTAS DA CONFERENCIA DE  
ABERTURA DA PAAR-NET  
17 DE ABRIL DE 2024  
KRAKOW POLONIA

Esta publicação é baseada no trabalho da Ação COST CA22167, apoiada pela COST (Cooperação Europeia em Ciência e Tecnologia).

A COST (Cooperação Europeia em Ciência e Tecnologia) é uma agência de financiamento de redes de investigação e inovação. As nossas acções ajudam a ligar iniciativas de investigação em toda a Europa e permitem que os cientistas desenvolvam as suas ideias, partilhando-as com os seus pares. Isto impulsiona a sua investigação, carreira e

[www.cost.eu](http://www.cost.eu)



Funded by  
the European Union

PAAR-Net é uma ação COST financiada pela UE e significa CA22167: Abordagens Participativas com Adultos Idosos. A PAAR-Net centra-se na reformulação das formas de envolver os adultos mais velhos na investigação científica, na elaboração de políticas e na prática. A PAAR-Net tem como objetivo promover a inovação social inclusiva, explorando os conhecimentos e as experiências dos adultos mais velhos, em particular os que estão em risco de exclusão social, para enfrentar os desafios complexos do envelhecimento das sociedades. Enquanto estrutura de trabalho em rede, reúne académicos e inovadores idosos e jovens, tanto da Europa como de outras partes do mundo.

A PAAR-Net defende abordagens participativas, que enfatizam a colaboração entre especialistas por formação, tipicamente académicos, e especialistas por experiência, adultos mais velhos com 65 anos ou mais. Procura ativamente envolver os idosos que se encontram à margem da sociedade, incluindo os que têm antecedentes migrantes, refugiados e minoritários, bem como os que têm um estatuto socioeconómico mais baixo, problemas de saúde e problemas de acesso. Os métodos participativos procuram ir além dos modelos tradicionais de investigação, envolvendo ativamente os adultos mais velhos em todas as fases do processo de investigação, desde a identificação dos objectivos da investigação até à divulgação e valorização dos resultados da investigação.

### **A necessidade de mudança**

Existem lacunas significativas na forma como os adultos mais velhos são incluídos nos esforços de investigação. Muitas iniciativas de investigação tendem a limitar o envolvimento dos adultos mais velhos na recolha de dados. Estas iniciativas ignoram os seus potenciais contributos para a definição das questões de investigação e para a interpretação dos dados e dos resultados. Esta omissão perpetua os estereótipos de idade e não desafia adequadamente o preconceito de idade. Também não aproveita a riqueza de conhecimentos que os adultos mais velhos possuem.

Além disso, embora as políticas e as práticas tentem envolver os adultos mais velhos nos seus processos, estão longe de garantir um envolvimento significativo, especialmente para aqueles que estão em risco de exclusão social. A este respeito, são necessárias novas abordagens e metodologias. Além disso, existem lacunas de ligação entre a investigação, a política e a prática.

### **Porque é que é importante**

Ao defender abordagens participativas, a PAAR-Net tem como objetivo criar sociedades mais inclusivas, justas e sustentáveis. Envolver os adultos mais velhos na investigação, no desenvolvimento de políticas e na prática garante que as soluções são mais adequadas às suas necessidades, experiências e aspirações. Isto não só conduz a políticas mais eficazes, mas também promove a justiça social e a equidade para os adultos mais velhos em diversos contextos e jurisdições.

A PAAR-Net representa uma iniciativa com visão de futuro que procura capacitar os adultos mais velhos, desafiar o envelhecimento e promover mudanças positivas nas sociedades em envelhecimento. Através da colaboração e da inovação, a PAAR-Net tem como objetivo preparar o caminho para um futuro mais inclusivo para os adultos mais velhos em todo o mundo.

Este documento compila a investigação selecionada apresentada na conferência de abertura da PAAR-net, realizada em Cracóvia de 16.04 a 17.04.2024. Agradecemos a todos os participantes e colaboradores os seus valiosos conhecimentos e dedicação.

Esperamos que estas contribuições forneçam informações valiosas e estimulem o debate e a investigação no nosso domínio. Mantenha-se em contacto com a PAAR-net para conhecer os próximos eventos e oportunidades de colaboração. Visite o nosso sítio Web: [paar-net.eu](http://paar-net.eu)

**Declaração de exoneração de responsabilidade:** Este documento foi traduzido utilizando DeepL. Embora tenhamos procurado ser exactos, algumas nuances podem ter-se perdido na tradução. Se detetar quaisquer erros ou passagens pouco claras, não hesite em contactar-

## Conteúdo:

|   |    |
|---|----|
| Grupo de Trabalho 1   | 4  |
| Charlotte Gruber, Áustria   | 4  |
| Heidi Kaspar, Universidade de Ciências Aplicadas de Berna, Suíça  | 6  |
| Bojana Matejic, Universidade de Belgrado, Sérvia  | 8  |
| Isabelle Tournier Univ Paul Valéry Montpellier 3, França  | 10 |
| Grupo de Trabalho 2   | 13 |
| Fifi Kvalsvik & Marianne Storm, Departamento de Saúde Pública, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Stavanger, Noruega   | 13 |
| Marion Scheider-Yilmaz, Laboratório PACTE, Universidade de Grenoble Alpes, França   | 15 |
| Charles Waldegrave, Giang Nguyen, Monica Mercury, Catherine Love, Chris Cunningham, The Family Centre Social Policy Research Unit, Lower Hutt, Wellington, Nova Zelândia  | 17 |
| Grupo de Trabalho 3   | 21 |
| Leen Broeckx, LiCalab, Bélgica  | 21 |
| Sonay Caner-Yıldırım, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Türkiye  | 23 |
| Cecilia Sik-Lanyi, Rede de Investigação Húngara, Universidade da Panónia, Veszprem, Hungria   | 25 |
| Herrero MT, Reynaldos B, López-Arce N, Gonzalez-Cuello AM, Fernández-Villalba E, Clinical & Experimental Neuroscience (NiCE). Instituto de Investigação do Envelhecimento. Faculdade de Medicina. Universidade de Múrcia. Múrcia, Espanha | 29 |
| Krzysztof Klincewicz, Centro de Inovações Socialmente Responsáveis, Faculdade de Gestão, Universidade de Varsóvia, Polónia  | 33 |
| Arlind Reuter, PhD Universidade de Lund, Suécia   | 35 |
| Alexander Bajwa Kucharski, M.A. Instituto de Trabalho e Tecnologia, Alemanha  | 38 |
| Grupo de Trabalho 4   | 41 |
| Sandra Staudacher, PhD, MA, Institut für Pflegewissenschaft, Basileia, Suíça  | 41 |
| John Andersen, Departamento de Pessoas e Tecnologia. Universidade de Roskilde, Dinamarca.   | 44 |

## Grupo de Trabalho



### WG 1

Health, Care & Support

O Grupo de Trabalho 1 centra-se na coprodução de conhecimentos na investigação e na prática sobre abordagens participativas com adultos mais velhos que vivem na comunidade e noutros contextos, com um enfoque particular no bem-estar, no bem-estar e na qualidade de vida em geral. O grupo de trabalho tem como objetivo promover uma perspetiva inclusiva que realce a experiência de vida e a força das pessoas envolvidas em abordagens participativas, em vez das suas possíveis condições de saúde e limitações, como o nosso foco principal. Tereza Menšíková e Dianne Seddon lideram este grupo e organizaram a sessão do GT1 em Cracóvia.

Os seguintes oradores fizeram apresentações durante esta sessão: Charlotte Gruber, Heidi Kaspar, Bojana Matejic e Isabelle Tournier.

## Charlotte Gruber, Áustria

**Adultos mais velhos socialmente excluídos: Vozes e Experiências. Registos pessoais e resultados como cocriador**

O programa de investigação Adultos Idosos Socialmente Excluídos: Vozes e Experiências - SEVEN aplicou uma abordagem de ciência cidadã para obter informações sobre as experiências dos adultos mais velhos afectados pela exclusão social. As medidas introduzidas pelos governos e as políticas e serviços recentemente desenvolvidos devem permanecer relevantes e acessíveis às diversas necessidades dos adultos mais velhos.

A SEVEN implementou uma abordagem inovadora de um quadro de voz dos participantes para incluir as populações marginalizadas nos processos de investigação com múltiplos intervenientes.

SEVEN tinha três objectivos:

- Captar as experiências, expectativas e necessidades dos idosos socialmente excluídos
- Facilitar e promover formas de os idosos socialmente excluídos exprimirem a sua voz, dando-lhes assim mais poder e capacidade de se defenderem a si próprios

-Aproveitar a aprendizagem com os idosos socialmente excluídos para desenvolver recomendações políticas e de investigação

Fiz parte do projeto como cocriador mais velho e a minha intenção era trazer as seguintes perspectivas:

-A minha própria perspectiva como pessoa que vive numa pequena aldeia rural, mas que vem de um meio urbano e académico sem muitas relações com a população da aldeia.

-Utilizar como mediador um amigo que preside a um grupo de idosos de uma aldeia com mais de 250 membros para conhecer os pontos de vista e as perspectivas de pessoas idosas que nunca deixaram o seu ambiente rural e familiar.

As minhas questões de investigação eram as seguintes:

-Que tipo de comunicação com outras pessoas desejam as pessoas idosas das zonas rurais da Áustria?

-Onde é que se podem encontrar?

-O que é necessário para melhorar a sua vida social?

-O que é que falta?

-Quais são as diferenças entre o meio urbano e o meio rural?

A minha abordagem para responder às perguntas consistiu em fazer entrevistas, realizar uma discussão em grupo e escrever uma auto-etnografia

As entrevistas foram organizadas em conjunto com o meu amigo como mediador, e realizámos as seguintes entrevistas:

-com um casal (a mulher tem restrições de saúde graves)

-com uma mulher quase cega que ainda vive sozinha

-com uma mulher que se mudou recentemente de Viena, a sua terra natal, para um alojamento assistido

Juntamente com a minha amiga, organizámos também um debate de grupo com seis mulheres com idades compreendidas entre os 70 e os 82 anos - os homens encontraram muitas desculpas para não poderem participar.

Principais conclusões do debate em grupo:

-grande satisfação por viver numa zona rural (influenciada pelo confinamento devido à Covid-19)

-A digitalização crescente exclui os idosos, que dependem dos jovens membros da família

-A escassez de transportes públicos torna-o também dependente dos membros da família

-As lojas, os bancos e as estalagens estão a fechar nas aldeias

-importância dos eventos organizados

-ter um local de encontro sem consumo obrigatório

-ter uma presidente motivada e totalmente empenhada como a minha amiga

Em várias conversas com a minha amiga, apercebi-me da importância do seu papel como motivadora e gestora de eventos de grupo - a sua principal queixa era que os idosos estão muito dispostos a participar em tudo o que ela organiza, mas são muito poucos os que querem assumir a responsabilidade pelas actividades. É muito difícil motivar os idosos a tomarem iniciativas por si próprios, mas eles apreciam muito as ofertas de eventos comuns.

Fazer parte do programa SEVEN como cocriador mais velho foi um verdadeiro ganho pessoal para mim:

As entrevistas deram-me uma visão do pensamento e das atitudes das pessoas das aldeias - tornaram-me mais grato pelas oportunidades que tive na minha vida

-Compreendi melhor as diferentes atitudes dos homens e das mulheres mais velhos do meu meio

-Escrever uma auto-etnografia sobre o que significa para mim ter 70 anos de idade

Aprendi a apreciar o trabalho da minha amiga, apercebi-me da importância do seu empenho voluntário na organização de eventos para as pessoas mais velhas

Ao fazer parte do grupo de co-criadores, aprendi a importância das instruções profissionais da equipa do projeto e o que significava para todos nós fazer parte deste grupo - especialmente para aqueles que já se encontravam em instituições - senti um apreço pessoal e senti-me honrado pelo facto de as suas contribuições terem sido altamente reconhecidas

Como cocriador mais velho, só posso recomendar a participação em programas como este; enriquece as experiências pessoais e dá mais sentido à vida depois da reforma.

## Heidi Kaspar, Universidade de Ciências Aplicadas de Berna, Suíça

Explorar o potencial das comunidades de prestação de cuidados com adultos mais velhos. Cinco aprendizagens.

Esta contribuição apresenta cinco aprendizagens de um projeto de investigação participativa baseado na comunidade para melhorar os cuidados de saúde ao domicílio para adultos mais velhos.

**Descrição do problema:** No domínio dos cuidados de saúde, os serviços ambulatoriais na Suíça são frequentemente incapazes de prestar cuidados de longa duração suficientes no domicílio.

Os agregados familiares têm de organizar e pagar os serviços de cuidados de forma privada, apesar de terem um seguro de saúde. Isto deve-se ao facto de, ao contrário dos cuidados de enfermagem, o trabalho de assistência não estar coberto. Esta lacuna é frequentemente colmatada pelas mulheres através de trabalho sub-remunerado ou não remunerado. O projeto "CareComLabs" está a investigar em que medida as comunidades de prestação de cuidados podem contribuir para melhorar os cuidados de longa duração em casa. As comunidades de cuidados colocam o trabalho de cuidados no centro da sociedade e fazem dele uma tarefa conjunta dos profissionais, das autoridades e da sociedade civil [1].

**Projeto de investigação:** Juntamente com as organizações locais da Spitex e outras partes interessadas da comunidade política, da população civil e das ONG, estabelecemos o objetivo de criar comunidades de prestação de cuidados em três locais nas regiões de Berna e Zurique, na Suíça. Estas comunidades realizam as três etapas seguintes:

1. exploram e documentam as necessidades locais de apoio e os serviços existentes;
2. Desenvolvem e implementam iniciativas e actividades;
3. avaliá-los e melhorá-los.

Combinamos abordagens inovadoras dos domínios dos cuidados de saúde e do desenvolvimento tecnológico: Caring Communities [2] e Living Labs [3]. Na nossa abordagem consistentemente participativa, guiamo-nos pela abordagem da Investigação Participativa Baseada na Comunidade (CBPR) [4].

**O projeto produz dois resultados:**

- a) uma avaliação inicial do potencial das comunidades de prestação de cuidados para melhorar de forma sustentável os cuidados prolongados no domicílio e
- b) conhecimentos teóricos e práticos sobre o processo de criação, desenvolvimento e estabelecimento de comunidades de prestação de cuidados.

Com ênfase neste último, estamos a preparar conhecimentos básicos, bem como resultados e dicas práticas deste e de outros projectos, sob a forma de uma coleção de materiais. O objetivo é apoiar outras partes interessadas (comunidades, indivíduos, associações) na construção de comunidades solidárias. No decurso do projeto, as três comunidades solidárias inicialmente planeadas já se tornaram cinco, pelo que existe interesse nesta matéria.

Esta descrição do projeto foi publicada em alemão e francês (Kaspar et al. 2021), consulte a revista Primary and Hospital Care para obter as referências mencionadas.

São apresentados cinco ensinamentos sobre a investigação participativa com comunidades que ainda não foram formadas:

- Encontrar aliados e construir comunidades exige que os investigadores invistam tempo, estejam presentes, sejam insistentes e tenham paciência. É preciso demonstrar que se leva a sério este projeto e a sua contribuição significativa.
- Se a participação for levada a sério, o procedimento planeado pode ter um resultado bastante diferente. A evolução das quatro comunidades de cuidados que iniciámos em quatro municípios dá testemunho do "poder local". Aplicámos o mesmo procedimento de três etapas, mas as iniciativas desenvolveram-se de forma diferente no que diz respeito ao ritmo, à forma e ao resultado de cada fase.
- Se o plano do projeto e o financiador permitirem que se desvie das concepções e dos focos de investigação inicialmente planeados, esta abertura tem um grande potencial de criação de propriedade nos parceiros do projeto. Também implica o risco de ser rejeitado e de os parceiros locais "se apropriarem do projeto" e continuarem sem o envolvimento de académicos.
- Ser inclusivo e envolver as pessoas que, até à data, mal são ou não são ouvidas, requer ainda muito mais tempo. Em 3,5 anos de duração, apenas se conseguiu ocasionalmente, mas não de forma sistemática. Também se tornou claro que a inclusão de pessoas marginalizadas não era um objetivo comumente partilhado. A diversidade e a semelhança são características de comunidades solidárias; a última destas características paradoxais é mais fácil de alcançar.
- As pessoas aderem à investigação participativa porque há algo que lhes chama a atenção, que lhes suscita esperanças e expectativas ou interesse. O próprio tema em questão pode funcionar como uma atração, ou a própria investigação. A ciência pode funcionar como um objeto de fronteira que une pessoas de diferentes perspectivas.

Para mais informações sobre o projeto e os seus membros, visite o sítio Web: [Sorgendegemeinschaft.net](http://Sorgendegemeinschaft.net)

Referências: Kaspar, Heidi, Katharina Pelzelmayer, Anita Schürch, Fabian Bumer, Tanja Ertl, Shkumbin Gashi, Claudia Müller, Timur Sereflioglu, e Karin Von Holten. "Können sorgende Gemeinschaften die häusliche Langzeitversorgung verbessern?" *Cuidados primários e hospitalares: Allgemeine Innere Medizin* 21(6): 188–90. <https://doi.org/10.4414/phcd.2021.10401>.

## Bojana Matejic, Universidade de Belgrado, Sérvia

### Explorando os maus-tratos a idosos: Experiências de investigação participativa na Sérvia

**Principal questão/objetivo da investigação:** O envelhecimento da população mundial tem contribuído para um aumento preocupante dos maus-tratos a idosos. As mulheres idosas, em particular, enfrentam um maior risco de maus-tratos a idosos, mas este problema de saúde

pública é muitas vezes ignorado e sobretudo invisível em muitas sociedades. De acordo com os últimos dados disponíveis, na Sérvia, 16% das mulheres idosas com idades compreendidas entre os 65 e os 74 anos sofreram alguma forma de violência depois de atingirem os 65 anos. Este estudo teve como objetivo avaliar as normas sociais e as atitudes culturais em relação às pessoas idosas, explorar o leque de atitudes e comportamentos que são tolerados na sociedade mas que representam violência e abuso, explorar as características e o impacto da violência baseada no género contra as mulheres idosas, bem como o grau de resposta das várias instituições a esta questão e a forma como os complexos sistemas sociais respondem às suas necessidades. Este resumo tem como objetivo dar a conhecer o método utilizado, nomeadamente a abordagem de investigação participativa.

**Métodos:** O projeto "Empowerment of Older Women: Prevention of Violence through Changing Social Norms in Serbia (EmPreV)", apoiado pela União Europeia e pela Agência Austríaca para o Desenvolvimento, consistiu em fases de investigação qualitativa e quantitativa. A abordagem de investigação participativa foi aplicada durante a fase qualitativa do estudo. O envolvimento de voluntários idosos da rede da Cruz Vermelha na investigação proporcionou uma experiência em primeira mão e uma visão dos problemas de maus-tratos a idosos na comunidade. Foram envolvidos durante o planeamento pré-grupo de discussão, recrutamento de participantes, ligação com as comunidades ciganas, conceção do guia estruturado para a discussão do grupo de discussão e estudo de caso para iniciar a discussão, e durante as discussões e análise pós-grupo de discussão. A nossa investigação incluiu 157 inquiridos que participaram em 17 grupos de discussão em quatro regiões da Sérvia, de quatro cidades e duas aldeias. Os grupos de discussão incluíram mulheres de três categorias etárias.

**Conclusões:** A abordagem participativa conferiu uma qualidade adicional ao quadro de investigação bem concebido. É inegável a ajuda de parceiros não académicos em todas as etapas práticas da realização da nossa investigação, desde as fases de planeamento até ao recrutamento de participantes e à organização de debates em grupos de discussão. Iniciar discussões sobre temas sensíveis como os maus-tratos a idosos pode ser um desafio; por isso, um estudo de caso da vida real, preparado na interação com os nossos voluntários e apresentado no início do grupo de discussão, facilitou o envolvimento e o diálogo aberto com os participantes. Esta abordagem encorajou o diálogo aberto e a empatia, oferecendo uma perspetiva mais abrangente da complexa questão dos maus-tratos a idosos. A partilha de experiências genuínas acrescentou autenticidade à nossa investigação, assegurando que a discussão reflectia as realidades enfrentadas pelos adultos mais velhos. Uma história da vida real cativou a atenção dos participantes, promovendo discussões de grupo de discussão mais envolventes e interactivas, benéficas para todas as partes envolvidas, produzindo conhecimentos sobre um tópico de estudo para os investigadores e fornecendo informações acionáveis e capacitadoras para os participantes.

Além disso, ao participarem na nossa investigação, os nossos parceiros não académicos contribuíram com ideias e iniciativas para estabelecer mecanismos de apoio nas comunidades

loais, incluindo iniciativas como linhas telefônicas SOS e a criação de clubes e centros de dia para pessoas idosas. Sugeriram a utilização de conteúdos mediáticos e sistemas educativos socialmente responsáveis para promover valores familiares positivos, fomentar boas relações de vizinhança, sensibilizar para a solidariedade intergeracional e abordar a questão dos maus-tratos a idosos. Além disso, os nossos voluntários encorajaram a participação ativa das mulheres idosas na comunidade local através do envolvimento em associações, organizações, voluntariado e outras formas de envolvimento.

**Conclusão:** Em futuros esforços para abordar os maus-tratos a idosos, é essencial educar as mulheres idosas sobre as várias formas de violência e factores de risco, fornecer apoio psicossocial, garantir que os profissionais recebam formação contínua sobre a natureza específica dos maus-tratos contra as mulheres idosas e melhorar a coordenação entre as partes interessadas locais relevantes para reforçar as respostas do sistema. As políticas baseadas em evidências são cruciais, e a participação de voluntários da comunidade como parceiros de investigação não académicos é a prática que pode apoiar e melhorar estas intenções.

#### **Bibliografia:**

1. Todorovic N, Vraceutic M, Babovic M, Stepanov B, Matejic B, Djikanovic B. On No Man's Land - Gender-based violence against older women (65+) in the Republic of Serbia. Belgrado, Cruz Vermelha da Sérvia, 2021. Disponível em: [redcross.org.rs/media/7139/na-nicijoj-zemlji-web-low-res.pdf](http://redcross.org.rs/media/7139/na-nicijoj-zemlji-web-low-res.pdf)
2. Todorovic N, Vraceutic M, Djikanovic B, Matejic B. Frequência e formas de maus-tratos a idosos na Sérvia. *Temida* 2020, 23 (2) 203-227.
3. Cailin Crockett, Bonnie Brandl & Firoza Chic Dabby. Survivors in the margins: the invisibility of violence against older women (Sobreviventes nas margens: a invisibilidade da violência contra mulheres idosas). *Journal of Elder Abuse & Neglect* 2015. 27(4-5): 291-302.
4. OMS. Abuso de pessoas idosas. Disponível em: <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/abuse-of-older-people>
5. Divisão das Nações Unidas para a Política Social e o Desenvolvimento Departamento dos Assuntos Económicos e Sociais. Neglect, Abuse and Violence Against Older Women (Negligência, abuso e violência contra mulheres idosas). Disponível em: <https://www.un.org/esa/socdev/documents/ageing/neglect-abuse-violence-older-women.pdf>
6. Urbaniak A, Wanka A. Participatory Approaches in Ageing Research-An Overview (Abordagens participativas na investigação sobre o envelhecimento - uma visão geral). In: Urbaniak A, Wanka A (Eds.). *Routledge International Handbook of Participatory Approaches in Ageing Research* (pp.1-14). Londres, Routledge 2023.

7. Messelis E, Vanoutrive D. Elderly Abuse: the importance of a scientific and a participatory approach (Abuso de idosos: a importância de uma abordagem científica e participativa). *Revista Internacional de Cuidados Integrados* 2023, 23(S1):143.
8. Chang ES, Dong X. (2017). Papel da Comunidade e da Pesquisa Participativa Baseada na Comunidade no Abuso de Idosos. 10.1007/978-3-319-47504-2\_26. In: Dong, X. *Elder Abuse: Investigação, Prática e Política* 2017. 10.1007/978-3-319-47504-2.

## Isabelle Tournier Univ Paul Valéry Montpellier 3, França

### Co-criação com pessoas que vivem com demência: perspectivas do projeto IDoService sobre desafios e expectativas

Esta apresentação teve como objetivo abordar as potenciais barreiras à investigação participativa para as pessoas que vivem com demência, partilhando ideias do projeto IDoService (2020-2022), financiado pela União Europeia. O objetivo do projeto IDoService era desenvolver um serviço de fácil utilização para que as pessoas que vivem com demência ligeira a moderada (PVD) se realizassem e contribuíssem para a sociedade. A ideia era que o serviço permitisse às pessoas planear, estabelecer ligações e participar em oportunidades adaptadas. O seu objetivo era reduzir a constatação de que as pessoas que vivem com demência ligeira a moderada relatam a falta de oportunidades para se envolverem ativamente em actividades significativas para elas (por exemplo, actividades físicas, sociais ou culturais), o que afecta o seu bem-estar e a sua participação social (Ziebuhr et al., 2023). A equipa de investigação seguiu uma abordagem de conceção de serviços que corresponde a uma abordagem holística e co-criativa para melhorar a qualidade da prestação de serviços (Stickdorn & Schneider, 2011). O projeto baseou-se na co-conceção para envolver as partes interessadas relevantes (pessoas que vivem com demência, os seus parceiros de cuidados, bem como o pessoal de organizações relacionadas com a idade ou com actividades na Grande Manchester, Reino Unido). O projeto foi organizado em três etapas sucessivas que envolveram uma variedade de partes interessadas relevantes, nomeadamente pessoas que vivem com demência ligeira, parceiros de cuidados, pessoal dos prestadores de serviços, investigadores e designers. A primeira etapa (Etapa 1) consistiu em entrevistas e grupos de discussão para saber mais sobre as preferências, os obstáculos e os factores que facilitam a participação em actividades significativas enquanto se vive com demência. A segunda etapa (Etapa 2) consistiu em seminários de co-conceção para trabalhar em conjunto com as partes interessadas na conceção de potenciais ferramentas relacionadas com as necessidades verificadas na etapa 1. Com base nos contributos dos workshops, a equipa de investigação concebeu o conjunto de ferramentas I Can Do Pathway como o novo serviço e resultado do projeto IDoService. O protótipo de co-design foi aperfeiçoado e testado na última etapa (Etapa 3) e pode ser encontrado online gratuitamente em [www.idoservice.org](http://www.idoservice.org)

No que diz respeito às barreiras e aos facilitadores para envolver peritos, a experiência durante esta investigação (ou seja, pessoas que vivem com demência e os seus prestadores de cuidados) esteve relacionada com a situação de pandemia de Covid-19 que começou apenas alguns meses antes do início do projeto e levou a alguns ajustamentos do projeto inicialmente planeado. A principal adaptação foi a mudança das entrevistas presenciais e dos grupos de discussão para a realização em linha. Inicialmente, planeámos a realização de grupos de discussão e entrevistas presenciais com pessoas com demência, com os seus parceiros de cuidados e com os intervenientes do pessoal. Devido a um confinamento nacional e à proibição de reuniões presenciais durante aproximadamente os primeiros 10 meses do projeto, realizámos todos os grupos de discussão online (Microsoft Teams) e a maioria das entrevistas também online. Apenas quatro entrevistas foram realizadas presencialmente, apenas com pessoas que vivem com demência. Como considerámos que o formato em linha para os grupos de discussão não seria adequado ou confortável para as pessoas que vivem com demência, decidimos finalmente não organizar grupos de discussão com elas. O confinamento nacional e a oferta limitada de serviços também tornaram o recrutamento de peritos por experiência bastante difícil, o que nos levou a reduzir as nossas expectativas em relação ao número de participantes. Felizmente, conseguimos recrutar um número suficiente de pessoas que vivem com demência com o apoio de um prestador de serviços local, Age UK Salford, que estava interessado nos potenciais resultados do projeto e tinha experiência em investigação participativa.

Para além das limitações devidas ao contexto da Covid-19, foi necessário fazer outras adaptações ao material de investigação para o tornar acessível às pessoas que vivem com demência, que podem ter outras deficiências para além das cognitivas. Isto incluiu as actividades de investigação propriamente ditas, mas também os formulários de ética, os folhetos de recrutamento e os resultados. Um desafio significativo foi tornar os documentos suficientemente informativos, mas ainda assim fáceis de compreender, especialmente para pessoas que nunca tinham participado em actividades de investigação. Para além de utilizar um inglês simples e frases curtas, foi feito um esforço para utilizar tipos de letra suficientemente grandes, sem serifa, com cores atraentes e contrastes suficientes entre as diferentes partes do documento. Uma vez que a mobilidade pode ser um problema para os adultos mais velhos, especialmente para aqueles que vivem com demência e que muitas vezes já não podem conduzir ou utilizar os transportes públicos, oferecemos transporte por um parceiro de investigação ou cobrimos os custos de táxi para garantir que pudessem comparecer confortavelmente no local da investigação. Os participantes foram também encorajados a ir acompanhados por um familiar, se isso os fizesse sentir mais confiantes e à vontade.

Sempre que possível, recomenda-se a realização de actividades de investigação num local que os peritos conheçam por experiência própria, para aumentar o seu conforto e confiança. Por exemplo, os workshops de co-conceção do IDoService com pessoas com demência foram organizados pela Age UK Salford e realizados durante os seus cafés bimestrais sobre demência

e os participantes neste estudo eram participantes regulares no café sobre demência. O ambiente social familiar proporcionou um contexto favorável à participação nas actividades de conceção conjunta e à expressão das suas opiniões. O grupo já tinha participado anteriormente em projectos de investigação e estava ciente do processo de consentimento. Todos os participantes do foram informados antes do evento para decidirem se desejavam ou não participar. As informações e os formulários de consentimento foram fornecidos com uma semana de antecedência para lhes dar tempo suficiente para os ler e o consentimento foi (re)confirmado no dia. Foi organizado um almoço antes do seminário para permitir que os participantes e os facilitadores se conhecessem informalmente antes do início do seminário. Por último, um aspeto muito importante salientado pelos grupos com que trabalhamos foi a necessidade de garantir a continuidade da comunicação e de manter os participantes na co-conceção informados sobre os resultados e os futuros desenvolvimentos, para garantir que sentem que o seu contributo está a ser valorizado. Para concluir, tornar a participação na investigação agradável e significativa para os participantes tem um impacto benéfico na qualidade imediata dos dados recolhidos, no bem-estar dos participantes e na vontade de participar no futuro (Rodgers 2018; Zeilig et al. 2019).

## Referências

- Niedderer, K., Tournier, I., Orton, L., & Threlfall, S. (2023). I Can Do: Co-Designing a Service with and for People with Dementia to Engage with Volunteering. *Ciências Sociais*, 12, 364. <http://dx.doi.org/10.3390/socsci12060364>
- Rodgers, P (2018). Co-designing com pessoas que vivem com demência. *CoDesign*, 14, 188-202
- Stickdorn , M., & Schneider, J. (2011). *This is service design thinking: basics, tools, cases*. Wiley
- Tournier, I., Orton, L., Dening, T., Ahmed, A., Holthoff-Detto, V., & Niedderer, K. (2023). Uma Investigação dos Desejos, Necessidades, Oportunidades e Desafios do Acesso a Actividades Significativas para Pessoas que Vivem com Demência Ligeira a Moderada. *Revista internacional de investigação ambiental e saúde pública*, 20, 5358. <https://doi.org/10.3390/ijerph20075358>
- Zeilig, H., Tischler, V., van der Byl Williams, M., West, J., & Strohmaier, S. (2019). Co-criatividade, bem-estar e agência: Uma análise de estudo de caso de um grupo de artes co-criativas para pessoas com demência. *Journal of aging studies*, 49, 16-24. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2019.03.002>
- Ziebuhr, B., Zanasi, M., Bueno Aguado, Y., Losada Durán, R., Dening, T., Tournier, I., Niedderer, K., et al. (2023). Vivendo bem com a demência: Sentir-se capacitado através da interação com o seu ambiente social. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(12), 6080. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph20126080>

## Grupo de Trabalho 2



**WG 2**

Community and Place

O Grupo de Trabalho 2 dedica-se à criação de comunidades inclusivas onde os idosos de diversas origens se sintam valorizados e apoiados. Especificamente, o GT2 centra-se na inclusão de migrantes idosos, refugiados, povos indígenas e aqueles que enfrentam barreiras no acesso a serviços e infra-estruturas, tais como cuidados de saúde e transportes. Ao promover a inclusão e a diversidade, o Grupo de Trabalho 2 contribui para a criação de uma sociedade em que todos, independentemente da sua origem, tenham um sentimento de pertença e apoio.

Marion Scheider-Yilmaz e Charles Waldegrave lideram este grupo e organizaram a sessão do WG2 em Cracóvia.

Os seguintes oradores fizeram apresentações durante esta sessão: Anne Ramos e Ute Karl, Fifi Kvalsvik e Marianne Storm, Mário Rui André, Marion Scheider-Yilmaz e Charles Waldegrave.

**Fifi Kvalsvik & Marianne Storm, Departamento de Saúde Pública, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Stavanger, Noruega**

**Explorando Caminhos da Solidão para a Inclusão: Um olhar sobre a depressão, a solidão e a fragilidade em idosos que vivem em casa**

**Antecedentes:** Compreender a depressão, a solidão e a fragilidade é fundamental para identificar medidas de apoio que promovam uma maior inclusão social e melhorem a qualidade de vida dos adultos mais velhos. Estes factores afectam a capacidade de um indivíduo participar plenamente na sociedade. A depressão e a solidão conduzem frequentemente ao afastamento social e ao isolamento, enquanto a fragilidade pode limitar as capacidades físicas e reduzir ainda mais o envolvimento social.

**Objetivo:** Avaliar as mudanças nos níveis de fragilidade entre os idosos que vivem em casa ao longo de 5 meses e examinar as mudanças funcionais na depressão e solidão de uma linha de base pré-estudo (t1) para um período pós-estudo (t2) e como estes se relacionam com a fragilidade. No início do estudo, os profissionais de saúde avaliam os participantes para determinar os tipos de apoio mais adequados. Este pode incluir a participação em centros de

actividades para idosos, aulas de exercício em grupo, clubes de caminhada, clubes de tricot e jantares sociais.

Questões de investigação:

- Existem alterações identificáveis na depressão que possam ser observadas de t1 para t2, e como é que essas alterações se relacionam com a fragilidade?
- Existem mudanças identificáveis na solidão que possam ser observadas de t1 para t2, e como é que essas mudanças se relacionam com a fragilidade?

**Métodos:** Este estudo pré-pós, registado no ClinicalTrials.gov (NCT05837728), envolve equipas interprofissionais de enfermeiros registados, fisioterapeutas e terapeutas ocupacionais que realizam avaliações das necessidades de saúde. Estas avaliações foram efectuadas inicialmente na linha de base e novamente após cinco meses. A amostra é constituída por 40 idosos que vivem em casa, com idade igual ou superior a 75 anos, que se candidataram a serviços municipais de saúde e cuidados na Noruega. A análise dos dados consiste em estatísticas descritivas, testes simples e apresentação de gráficos e coeficientes de correlação.

Resumo dos resultados preliminares:

Depressão e fragilidade:

- Linha de base (t1): identificou 13 participantes com depressão, 5 muito deprimidos e 8 deprimidos.
- Cinco meses depois (t2): entre estes 13, melhorou (7), manteve-se inalterado (5), piorou (1) e novos casos (6).
- Níveis de fragilidade entre os participantes com depressão melhorada: melhorou (2), piorou (3) e manteve-se inalterado (2). Os restantes participantes mantiveram níveis de fragilidade estáveis durante todo o período do estudo.

Solidão e fragilidade:

- Linha de base (t1): 2 participantes foram identificados como muito solitários e 6 como solitários limítrofes. Nota: "solitário limítrofe" refere-se a pontuações na pontuação de corte entre 'solitário' e 'não solitário'.
- Cinco meses depois (t2): o nível de solidão melhorou em todos os 8 participantes, mas registou-se 1 novo caso.
- Níveis de fragilidade entre estes participantes: piorou (3), manteve-se inalterado (5) e melhorou (1).

**Principais informações:**

- Depressão e solidão: registaram-se melhorias notáveis em ambas as áreas, salientando os benefícios das actividades sociais inclusivas baseadas na comunidade e dos serviços de apoio.
- Fragilidade: O resultado misto dos níveis de fragilidade sugere uma interação complexa entre a saúde mental e o bem-estar físico.
- O aparecimento de novos casos de depressão e solidão realça a necessidade contínua de um apoio abrangente e permanente.

**Reflexão:** A nossa investigação forneceu informações sobre os desafios que os adultos mais velhos encontram quando se envolvem com as suas comunidades. Estes desafios lançam luz sobre os factores que dificultam a capacidade dos idosos de se ligarem aos outros, enfatizando a necessidade de mais investigação e soluções específicas. Apoiamos a implementação de planos de cuidados personalizados que sejam adaptáveis e adaptados especificamente para atender às necessidades individuais, garantindo que todos os idosos possam beneficiar plenamente de iniciativas destinadas a melhorar a sua inclusão na sociedade. Embora a organização de actividades sociais seja intrinsecamente valiosa, proporcionar o acesso a serviços de saúde abrangentes é igualmente importante. Em conjunto, estes esforços ajudam a criar um ambiente mais inclusivo e de apoio para os membros mais velhos da nossa comunidade.

## Marion Scheider-Yilmaz, Laboratório PACTE, Universidade de Grenoble Alpes, França

### A inclusão social dos adultos mais velhos num ápice. Design citoyen: um projeto de investigação participativa com adultos mais velhos

**Antecedentes:** Uma vasta gama de abordagens participativas e projectos de investigação envolvendo adultos mais velhos estão atualmente a ser desenvolvidos em França e noutros países. Embora a inclusão dos adultos mais velhos na investigação e nos projectos que lhes dizem diretamente respeito se tenha tornado um objetivo comum, muitas vezes não se presta atenção suficiente ao envolvimento de diversos grupos e perfis. Consequentemente, as abordagens participativas tendem a envolver grupos muito homogéneos, perpetuando assim a invisibilidade de outros (por exemplo, migrantes mais velhos, mulheres mais velhas, adultos mais velhos com deficiência).

**Objetivo:** Este projeto de investigação tem como objetivo desenvolver um método participativo que envolva uma variedade de perfis de adultos mais velhos nos processos de tomada de decisão locais. Inicialmente, o protótipo do método está a ser testado num local experimental (T1), e depois será testado em mais oito locais em França por um grupo de

investigadores (T2). O método será eventualmente avaliado pelos investigadores envolvidos utilizando um quadro de avaliação comum e traduzido num conjunto de ferramentas.

### **Questões de investigação:**

- Os resultados do processo participativo são diferentes consoante os grupos de idosos envolvidos?
- A conceção de um método que visa os grupos de idosos mais excluídos conduz a uma maior inclusão na investigação participativa e, em última análise, no processo de tomada de decisões?

**Métodos:** O projeto de investigação envolve o desenvolvimento e o teste de um método participativo em que os participantes concebem e apresentam soluções concretas aos principais intervenientes e decisores locais. São constituídos dois grupos: um com adultos mais velhos altamente envolvidos em actividades sociais e cívicas, e outro com adultos mais velhos que normalmente estão menos ou não estão envolvidos nessas actividades. A abordagem utiliza um conjunto de ferramentas inclusivas para ajudar os grupos a efetuar um diagnóstico local e a desenvolver soluções para os problemas identificados. O método foi depois detalhado num kit de ferramentas e reproduzido por diferentes equipas de investigação em toda a França.

### **Resumo dos resultados preliminares:**

- A participação diversificada leva a resultados variados: O teste preliminar do método participativo indica que os resultados do processo participativo variam significativamente com base na diversidade dos grupos de adultos mais velhos envolvidos. Os grupos com diferentes antecedentes e níveis de envolvimento em actividades sociais e cívicas apresentam perspectivas e soluções distintas, realçando a importância da inclusão na investigação participativa.
- Maior inclusão através de métodos específicos: O método concebido para incluir os grupos mais excluídos de adultos mais velhos - como os migrantes mais velhos, as mulheres mais velhas e os adultos mais velhos com deficiência - demonstra um maior nível de inclusão tanto no processo de investigação como nos resultados da tomada de decisões. Esta abordagem direcionada traz efetivamente as vozes marginalizadas para os processos locais de tomada de decisão.
- Utilização efectiva de ferramentas e conselhos inclusivos: As ferramentas inclusivas utilizadas no método participativo provaram ser eficazes para permitir que os adultos mais velhos realizem diagnósticos locais e desenvolvam soluções concretas. Estas ferramentas facilitam o envolvimento e garantem que todos os participantes, independentemente do seu nível anterior de envolvimento cívico, possam contribuir de forma significativa para o projeto.
- Escalabilidade e replicabilidade do método: A replicação bem sucedida do método participativo em vários locais em França sugere que o método é escalável e pode ser adaptado

a diferentes contextos. O quadro de avaliação comum e o conjunto de ferramentas desenvolvidos através desta investigação fornecem uma abordagem normalizada que pode ser utilizada por várias equipas de investigação, assegurando uma análise cruzada consistente dos resultados locais.

**Reflexão:** Os resultados deste projeto de investigação sublinham a importância crítica da diversidade e da inclusão nas abordagens participativas que envolvem adultos mais velhos. Ao procurar ativamente incluir uma variedade de perfis de adultos mais velhos, especialmente aqueles que são frequentemente marginalizados, o projeto não só enriquece o processo de tomada de decisão com perspectivas diversas, mas também garante que as vozes daqueles que normalmente não são ouvidos sejam amplificadas. O sucesso das ferramentas e métodos inclusivos no envolvimento de participantes de diferentes origens e níveis de envolvimento cívico realça o potencial destas abordagens para serem adaptadas e escaladas em diferentes contextos.

### **Bibliografia:**

Vial, S., (2017), *Le design*, Presses Universitaires de France, <https://doi.org/10.3917/puf.vial.2017.01>

Viriot Durandal, JP., Moulaert, T., Scheider-Yilmaz, M., (eds.), (2024), *Ageing in communities and territories, Retraite et Société, Special English issue n°1*, CNAV, <https://doi.org/10.3917/rs1.hs1.0010>

Scheider-Yilmaz, M., Viriot Durandal, J-P., Fougeyrollas, P., (eds.), (2023), *Citoyenneté et droits humains : réflexions croisées entre le handicap et le vieillissement [Cidadania e direitos humanos: perspectivas cruzadas entre a deficiência e o envelhecimento]*, *Aequitas - Journal of human development, disability, and social change*, n°29, 140 p.

<https://www.erudit.org/fr/revues/aequitas/2023-v29-n2-aequitas08962/>

Scheider-Yilmaz, M., (2022), *Citoyenneté engagée et autonomie : le cas de la participation des personnes handicapées et des personnes âgées dans les Conseils Départementaux de la Citoyenneté et de l'Autonomie [Cidadania ativa e autonomia: a participação das pessoas com deficiência e dos adultos idosos nos Conseils Départementaux de la Citoyenneté et de l'Autonomie]*, tese de doutoramento, Universidade de Lorraine, 392 <https://www.theses.fr/2022LORR0223>

Charles Waldegrave, Giang Nguyen, Monica Mercury, Catherine Love, Chris Cunningham, The Family Centre Social Policy Research Unit, Lower Hutt, Wellington, Nova Zelândia

Abordagens participativas com comunidades indígenas para melhorar as respostas políticas

### **Objetivo**

Esta investigação tem como objetivo fornecer informação qualitativa e quantitativa co-criada sobre o bem-estar e a participação dos kaumātua (anciãos Māori nativos da Nova Zelândia) para a formação de políticas culturalmente apropriadas, planeamento ambiental e serviços culturalmente responsivos. O objetivo específico da apresentação foi delinear o aspeto da investigação levada a cabo para desenvolver medidas (e escalas) socioeconómicas kaumātua autênticas através de reuniões de co-criação concebidas para ultrapassar os preconceitos das suposições ocidentais e centradas nos valores e noções de bem-estar Māori. Faz parte de um estudo mais alargado intitulado: Tai Kaumātuatanga Older Māori Wellbeing and Participation: Present and Future Focus e é financiado pelo Ageing Well National Science Challenge da Nova Zelândia.

O objetivo do desenvolvimento de medidas sociais com base cultural prende-se com o facto de as actuais escalas de indicadores utilizadas para fornecer provas para a elaboração de políticas e o desenvolvimento de serviços serem ocidentais e não reflectirem aspectos fundamentais dos valores maori. Enquanto alguns aspectos da solidão, discriminação e ligação social, por exemplo, são universais, outros aspectos são culturalmente específicos. Os Māori mais velhos valorizam a espiritualidade, as formas colectivas de pensar e fazer as coisas e as ligações genealógicas como formas primárias de ser que contrastam com o foco ocidental no secularismo, no individualismo e nas estruturas familiares nucleares. As escalas ocidentais reflectem naturalmente as culturas de onde emergiram e, por isso, as provas que produzem para a elaboração de políticas, por exemplo, são adequadas às sociedades ocidentais, mas não captam os aspectos específicos dos Māori, como a solidão, o bem-estar ou mesmo a discriminação. Se as provas não forem captadas, os decisores políticos e aqueles que desenvolvem os serviços concentram-se frequentemente nas provas que têm à sua frente e os aspectos culturais únicos não são tidos em conta. Isto pode explicar por que razão os resultados para os grupos não ocidentais, e em particular para os povos indígenas, são frequentemente menos bem sucedidos do que para os grupos ocidentais tradicionais.

### **Metodologia**

Foi utilizada uma metodologia qualitativa de co-criação com os idosos maoris para construir uma escala de indicadores de bem-estar dos idosos maoris que reflectisse as suas visões do mundo e a sua experiência. Este é um dos seis indicadores que estão a ser desenvolvidos. As

outras escalas incidem sobre a solidão, a ligação social, a discriminação, os abusos e o bem-estar da vizinhança.

Os hui (encontros) de co-criação com os Māori mais velhos tiveram lugar em toda a Aotearoa (palavra Māori para Nova Zelândia) com oito grupos diferentes de Māori mais velhos. Estes foram dirigidos por investigadores maoris que eram membros da equipa de investigação. Os hui foram participativos e ocorreram à maneira Māori, expressando os seus valores e formas de atuação. Cada grupo incluía: Karakia e mihi (Bênção e discurso de boas-vindas); Waiata tautoko (canção de apoio); Mihimihi Whakawhanaungatanga (Apresentações sobre quem são); Manaakitanga (hospitalidade); Hui Kōrero - (Promoção e incentivo ao diálogo aberto); Wānanga Kōrero - (Recolha de ideias e mātauranga (conhecimentos) - registada com o consentimento); Poroporoaki (Pensamentos finais, reflexão e agradecimentos); Koha (um presente pelo seu tempo); Waiata e karakia ano (Canto e bênção).

O Kaupapa, ou foco, do hui foi o bem-estar e a qualidade de vida. Os participantes foram convidados a partilhar sobre a felicidade e a segurança que lhes dá qualidade de vida ou bem-estar. Foram convidados a partilhar as principais coisas que lhes dão felicidade enquanto idosos maori. O que é que os faz sentir seguros e confortáveis, bem como a outros maoris da sua idade ou mais velhos? O que é que reduz a sua felicidade? Quais são as coisas que os fazem sentir inseguros e desconfortáveis? O que é que lhes dá, a eles e a outros amigos e familiares maoris mais velhos, um sentimento de realização? As respostas foram registadas (com autorização) e classificadas por temas. Os temas primários foram desenvolvidos em perguntas para criar uma escala inicial de bem-estar dos idosos maoris.

A Escala de Bem-Estar dos Idosos Māori, juntamente com as outras escalas sociais construídas de forma semelhante acima referidas, foram então colocadas num questionário que foi administrado a uma amostra aleatória nacional de mais de 2.000 Māori com 50 anos ou mais. Na análise dos resultados, foi possível testar a fiabilidade e a validade estatística das escalas. Assim, uma peça participativa de investigação co-criada pôde ser testada utilizando métodos quantitativos relativamente à sua aptidão para ser utilizada como uma escala de indicadores, neste caso, uma escala de bem-estar.

## **Conclusões**

As respostas co-criadas foram tematizadas e foram desenvolvidas 12 perguntas que reflectiam os temas mais repetidos para a escala de bem-estar. Estes foram os resultados qualitativos deste estudo. Três exemplos das doze perguntas que surgiram na análise, por exemplo, foram:

- Estou bem ligado ao Te Ao Māori (o mundo Māori)

Concordo plenamente/Acordo/Discordo/Discordo fortemente

- Gosto de uma ligação wairua (espiritual) na minha vida

Concordo plenamente/Acordo/Discordo/Discordo fortemente

- Sinto-me respeitado e capaz de contribuir para a minha whānau (família alargada) e comunidade

Frequentemente/às vezes/não frequentemente/nunca

As 12 perguntas da Escala de Bem-Estar dos Idosos Māori, criada em conjunto, foram depois testadas quanto à sua fiabilidade e validade num inquérito com uma amostra aleatória nacional de mais de 2 000 idosos Māori. Os resultados revelaram pontuações elevadas, consideravelmente acima do limiar, utilizando o Alfa de Cronbach, ao testar a consistência interna e a fiabilidade com uma pontuação de 0,843 para as 12 perguntas. As pontuações da análise fatorial confirmatória também foram elevadas. Utilizando o pacote R lavaan. Todas as perguntas, exceto duas, tiveram uma pontuação de carga de fator bem acima de 0,4, sete perguntas foram acima de 0,5 e três bem acima de 0,7, demonstrando a validade das escalas.

**Importância:** A importância desta investigação reside no facto de ter desenvolvido uma metodologia inovadora para aproveitar os conhecimentos das pessoas para quem as escalas foram criadas, a fim de conceber ferramentas que possam ser utilizadas para a elaboração de políticas e a prestação de serviços à sua própria população. Ao desenvolver medidas de indicadores sociais co-criadas com estas comunidades que incluam os seus conhecimentos e experiência de qualidade de vida nas suas comunidades, podem ser fornecidas provas mais precisas para a elaboração de políticas e a prestação de serviços inclusivos. A escala internacional padrão capta os aspectos universais da solidão, mas não os importantes aspectos culturais específicos.

### **Bibliografia:**

Cogburn, C. (2019). Cultura, raça e saúde: Implicações para as desigualdades raciais e a saúde da população. *The Millbank Quarterly*, 97(3), 736-761

Hitti, A., Mulvey, K., & Melanie, K. (2011). Exclusão social e cultura: The role of group norms, group identity and fairness. *Anales de Psicología*, 27(3), 587-599, Edição Especial "Prejudice: Perspectivas sociodesenvolvimentais"

Love, C. (2006) "Maori Perspectives on Collaboration Colonisation in Contemporary Aotearoa/New Zealand Child and Family Welfare Policies and Practices" in Cameron, G. & Freymond, N. (Eds) "Towards Positive Systems of Child and Family Welfare: International Comparisons of Child Protection, Family Service and Community Caring Systems". Toronto: University of Toronto Press (p. 237-268).

Pihama, L. (2001). *Tihei mauri ora Honrar as nossas vozes: Mana wahine as kaupapa Māori theoretical framework*. Doutoramento não publicado. Auckland, NZ: Universidade de Auckland.

Raleigh, V., & Holmes, J. (2021). A saúde das pessoas de grupos étnicos minoritários em Inglaterra. The King's Fund. <https://www.kingsfund.org.uk/publications/health-people-ethnic-minoritygroups-england>

Smith, L. (1999). Metodologias descolonizadoras: Research and indigenous peoples. Nova Iorque e Dunedin: Zed Books & Otago University Press.

Waldegrave, C., Cunningham, C., Love, C., Nguyen, G. e Mercury. M. (2023) Co-criando medidas sociais culturalmente diferenciadas com anciãos indígenas. Em A. Urbaniak e A. Wanka (Eds.) Routledge International Handbook of Participatory Approaches in Ageing Research. DOI: 10.4324/9781003254829

Waldegrave, C., e Mercury. M. (2023) Co-creating research: Co-researchers' parallel conversations. Em A. Urbaniak e A. Wanka (Eds.) Routledge International Handbook of Participatory Approaches in Ageing Research. DOI: 10.4324/9781003254829

Wang, Y., Chen, X., Chen, W., Zhang, Z., Zhou, Y., & Jia, Z. (2020). Etnia e desigualdades na saúde: Um estudo empírico baseado na pesquisa de mudança social da China de 2010 (CSSC) na China Ocidental. BMC Public Health, 20(637), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08579-8>

## Grupo de Trabalho 3



### WG 3

Technology and  
Innovation

O Grupo de Trabalho 3 (WG3) tem como alvo os adultos mais velhos que podem sentir-se deixados para trás no mundo digital atual. Isto inclui indivíduos que podem ter dificuldades em utilizar computadores, smartphones ou a Internet, bem como aqueles que podem não ter os dispositivos ou software necessários para interagir com a tecnologia de forma eficaz. O WG3 trabalha para contribuir para que a transformação digital inclua os adultos mais velhos. Arlind Reuter & Peter Enste e Alexander Kucharski lideram este grupo e organizaram a sessão do WG 3 em Cracóvia. Os seguintes oradores fizeram apresentações durante esta sessão: Leen Broeckx, Sonay Caner-Yildirim, Cecilia Sik-Lanyi, María-Trinidad Herrero, Krzysztof Klincewicz, Arlind Reuter e Alexander Kucharski.

## Leen Broeckx, LiCalab, Bélgica

LiCalab (Living and Care Lab) - envolvimento sustentável dos utilizadores através de uma abordagem de laboratório vivo

### Principal questão / objetivo da investigação

Na conferência de abertura da PAARnet, o LiCalab apresentou a abordagem de laboratório vivo para participar na investigação sobre tecnologia e inovação no domínio dos cuidados.

O principal objetivo do LiCalab é apoiar as organizações e as empresas no desenvolvimento de inovações no domínio dos cuidados de saúde, envolvendo o utilizador final (cidadãos, profissionais de saúde e outras partes interessadas), desde o início do desenvolvimento até à introdução no mercado.

### Métodos

Os laboratórios vivos podem ser definidos como sistemas de inovação aberta em que as partes interessadas contribuem para a exploração, a cocriação, a avaliação e a expansão de soluções para criar um impacto sustentável em circunstâncias reais (Rede Europeia de Laboratórios Vivos (ENoLL), 2023).

O LiCalab é um grupo de investigação da Universidade de Ciências Aplicadas Thomas More, na Flandres, Bélgica. Para criar um ecossistema de inovação local sustentável, o LiCalab desenvolveu uma grande comunidade de utilizadores.

A criação e manutenção de uma comunidade de utilizadores, também designada por "painel de utilizadores", traz muitos benefícios para os criadores, os investigadores e os próprios cidadãos.

## **Conclusões**

Pouco mais de 60% do painel de utilizadores tem 60 anos ou mais.

Envolver os adultos mais velhos desde o início do processo de inovação é vantajoso para todos. Para os investigadores, esta abordagem participativa fornece informações muito valiosas sobre o contexto de utilização. E ao utilizador final (a pessoa idosa ou o doente) é oferecida a oportunidade de contribuir para um processo de conceção como um especialista da sua vida quotidiana. O objetivo final é conceber um produto inovador adaptado às necessidades e expectativas do utilizador final.

A investigação dos utilizadores no laboratório vivo faz a ponte entre as empresas, as organizações de cuidados e os adultos mais velhos. Ainda existe uma lacuna e as partes interessadas nem sempre estão na mesma página.

Acompanhando os idosos nesta viagem de inovação dos cuidados, eles aprendem coisas novas sobre vários tipos de ajudas e ferramentas. É dada muita atenção à inclusão digital. Todos têm de estar a bordo e realizar um teste na vida real de uma determinada aplicação digital, um plano passo a passo, um acompanhamento pessoal e um serviço de assistência estão a ser assegurados pelo gestor do painel.

Dois factores importantes contribuem para a sustentabilidade do LiCalab. São eles a elevada qualidade das actividades de investigação e inovação e, em segundo lugar, a estratégia de envolvimento das partes interessadas. Estas etapas são descritas de forma mais extensa no roteiro para estabelecer um laboratório vivo sustentável que o LiCalab desenvolveu para o projeto ACSELL (ACSELL, 2023).

O LiCalab investe todos os dias no recrutamento ativo de utilizadores individuais para projectos específicos, o que é combinado com actividades de construção de comunidades a longo prazo, em que o painel de utilizadores se pode encontrar e socializar.

Ao recolher dados individuais, é importante criar um espaço seguro, tanto nas interações face a face como na gestão da base de dados em linha. Os gestores do painel são os guardiões dos dados da comunidade de utilizadores. O tratamento cuidadoso das informações pessoais dos participantes é a chave para construir uma relação de confiança. Os membros do painel podem fazer escolhas de uma forma verdadeiramente informada e independente, informando-os de forma transparente e utilizando palavras facilmente compreensíveis.

Os membros da comunidade gostam de vir às actividades de investigação, afirmando coisas como "É algo positivo na minha vida. Tenho bons sentimentos em relação a isto." e "Quando venho às actividades do LiCalab, sinto-me sempre em casa.". A comunidade de utilizadores do LiCalab revela claramente uma elevada motivação intrínseca e altruísta. Os participantes também recebem um correio de agradecimento e um pequeno incentivo, como um vale de livros, como forma de agradecimento pelo seu tempo e esforço.

O LiCalab defende o design centrado no ser humano nas áreas dos cuidados médicos, reabilitação, tecnologia de cuidados, vida assistida, envelhecimento ativo e saudável e saúde mental. O LiCalab explora e valida novos produtos e serviços através de abordagens participativas, como sessões de co-criação e testes-piloto na vida real. E isto com protocolos de alta qualidade. E sempre com um papel central para o utilizador.

### **Bibliografia**

- ACSELL (2023). Criação de um laboratório de vida sustentável. <https://projects2014-2020.interregeurope.eu/acsell/library/>
- A Rede Europeia de Laboratórios Vivos (ENoLL) (2023, 5 de setembro). Sobre nós. <https://enoll.org/about-us/>

## **Sonay Caner-Yıldırım, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Türkiye**

### **Capacitação de um adulto mais velho sobrevivente de catástrofes e prestador de apoio: Um estudo de caso de tutoria tecnológica na Turquia**

#### **Principal questão/objetivo da investigação:**

Este estudo de caso único examina a influência de uma iniciativa de mentoria tecnológica de um ano numa especialista em saúde mental de 66 anos que não só sobreviveu aos devastadores terremotos na Turquia a 6 de fevereiro de 2023, como também se voluntariou para prestar apoio num programa psicossocial pós-desastre. A pesquisa emprega uma abordagem participativa e intergeracional para investigar a eficácia da mentoria tecnológica individualizada na promoção da inclusão digital entre adultos mais velhos sob essas circunstâncias excepcionais. O papel duplo e único do participante como sobrevivente e profissional de saúde mental contribui para uma camada adicional de complexidade para o estudo. Ao centrar-se neste contexto específico, a investigação pretende contribuir para a expansão do conhecimento sobre a competência digital dos adultos mais velhos. Além disso, distingue-se de estudos anteriores que exploraram o impacto da aprendizagem intergeracional e dos métodos de investigação participativa na literacia digital neste grupo etário (por exemplo, Cheng et al., 2021; Lee & Kim, 2018).

#### **Métodos**

A investigação emprega uma metodologia de estudo de caso único, utilizando entrevistas semi-estruturadas e questionários padronizados para recolher dados sobre as experiências e os resultados dos participantes. Ao longo de 12 meses, o especialista em saúde mental de 66 anos recebeu formação tecnológica individualizada de um especialista em tecnologia de ensino de 37 anos. O estudo reuniu e analisou dados qualitativos da entrevista semiestruturada e dados quantitativos da Escala de Competência Digital (Gümüş & Kukul, 2023) e uma escala adaptada de Expectativa-Valor-Custo (EVC) (Kosovich et al., 2015).

A abordagem de investigação participativa garantiu que o participante estivesse ativamente envolvido no processo de investigação, colocando as suas experiências e perspectivas únicas no centro da investigação. Esta abordagem é consistente com as recomendações para envolver os adultos mais velhos na conceção e implementação de iniciativas de literacia digital (Buffel, 2018; Xie et al., 2020). Os insights e recomendações do participante, tais como ter em conta as capacidades cognitivas dos adultos mais velhos ao desenvolver programas de formação, sublinham a importância de incorporar o seu conhecimento experiencial na criação de intervenções eficazes.

A componente intergeracional do estudo, em que um mentor de 37 anos fornece formação tecnológica personalizada ao participante de 66 anos, é especialmente relevante no contexto da promoção da inclusão digital entre os adultos mais velhos. A investigação tem demonstrado que a aprendizagem intergeracional pode melhorar a competência digital dos adultos mais velhos e melhorar as suas atitudes em relação à tecnologia (Cheng et al., 2021; Lee & Kim, 2018). Ao nutrir uma relação de colaboração entre o mentor e o mentorado, o estudo abraça os princípios da aprendizagem intergeracional e promove a compreensão mútua e a partilha de conhecimentos entre gerações.

A integração da investigação participativa e da aprendizagem intergeracional é essencial neste estudo, uma vez que assegura que a intervenção de tutoria tecnológica é personalizada de acordo com as necessidades, preferências e crenças específicas do participante adulto mais velho. Esta abordagem não só melhora a eficácia da intervenção, mas também promove um sentido de capacitação e propriedade para o participante na sua jornada de aprendizagem digital. O contexto único pós-catástrofe realça ainda mais a importância destas abordagens, uma vez que permitem ao participante desenvolver competências digitais que são diretamente aplicáveis ao seu papel na prestação de apoio psicossocial a outras pessoas afectadas pela catástrofe.

## **Conclusões**

O programa de tutoria tecnológica teve um impacto positivo na competência digital dos participantes, com melhorias registadas em cinco das seis dimensões avaliadas pela Escala de Competência Digital. Os progressos mais significativos foram observados na segurança e na literacia de dados, seguidos da comunicação e da colaboração. O aumento da competência digital do participante afectou positivamente o seu bem-estar geral, permitindo-lhe prestar um melhor apoio aos outros no contexto pós-catástrofe. No entanto, os resultados mistos

sobre a auto-eficácia digital e a escala EVC sublinham a necessidade de abordar as atitudes e motivações individuais quando se trata de adoção de tecnologia.

O estudo enfatiza a importância de personalizar as iniciativas de orientação tecnológica para atender às necessidades, preferências e crenças exclusivas dos idosos. A abordagem participativa e intergeracional utilizada neste estudo apresenta um modelo promissor para promover a inclusão digital entre os adultos mais velhos, especialmente em circunstâncias extraordinárias. Os resultados contribuem para a expansão do corpo de investigação sobre a literacia digital dos adultos mais velhos e a eficácia das abordagens participativas e intergeracionais na promoção da inclusão digital.

As limitações do estudo incluem o seu foco num único participante e o contexto específico pós-catástrofe, o que pode restringir a generalização dos resultados. No entanto, a natureza aprofundada e longitudinal da investigação fornece informações valiosas sobre os efeitos a longo prazo da tutoria tecnológica na competência digital e no bem-estar dos adultos mais velhos.

As implicações para a prática envolvem a necessidade de conceber programas de tutoria tecnológica que tenham em conta as capacidades cognitivas dos idosos, as preferências de aprendizagem e os factores situacionais. Envolver os adultos mais velhos como participantes activos na conceção e implementação destas iniciativas pode garantir que as suas necessidades e perspectivas únicas sejam abordadas. Além disso, os resultados sublinham o potencial das tecnologias digitais na promoção do bem-estar e da resiliência entre os adultos mais velhos em circunstâncias extraordinárias, tais como contextos pós-catástrofe.

## **Referências**

Buffel, T. (2018). Investigadores mais velhos a explorar comunidades amigas da idade: An "insider" perspective on the benefits and challenges of peer-research. *The Gerontologist*, 59(3), 538-548. <https://doi.org/10.1093/geront/gnx216>

Cheng, H., Lyu, K., Li, J., & Shiu, H. (2021). Colmatando o fosso digital para adultos mais velhos rurais através da aprendizagem intergeracional familiar: um caso de sala de aula numa escola primária rural na China. *Revista Internacional de Investigação Ambiental e Saúde Pública*, 19(1), 371. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010371>

Gümüş, M. M., & Kukul, V. (2023). Desenvolvimento de uma escala de competência digital para professores: estudo de validade e fiabilidade. *Educação e Tecnologias da Informação*, 28(3), 2747-2765.

Kosovich, J. J., Hulleman, C. S., Barron, K. E., & Getty, S. (2015). Uma medida prática da motivação dos alunos: Estabelecimento de evidências de validade para a escala de expectativa-valor-custo no ensino médio. *The Journal of Early Adolescence*, 35(5-6), 790-816.

Lee, O., & Kim, D. (2018). Colmatando a divisão digital para adultos mais velhos através do Mentor-Up intergeracional. *Research on Social Work Practice*, 29, 786 - 795. <https://doi.org/10.1177/1049731518810798>

Xie, B., Charness, N., Fingerma, K., Kaye, J., Kim, M. T., & Khurshid, A. (2020). Quando a digitalização se torna uma necessidade: Assegurando as necessidades de informação, serviços e inclusão social dos adultos mais velhos durante a COVID-19. *Journal of Aging & Social Policy*, 32(4-5), 460-470. <https://doi.org/10.1080/08959420.2020.1771237>

Introdução à investigação do Laboratório de Investigação em Realidades Digitais e Virtuais 3D

## Cecilia Sik-Lanyi, Rede de Investigação Húngara, Universidade da Panónia, Veszprem, Hungria

### Laboratório de Investigação em Realidades Digitais e Virtuais 3D

O laboratório examina as evoluções informáticas dos ambientes virtuais e digitais 3D e realiza as actividades de engenharia e científicas necessárias ao seu desenvolvimento. O laboratório investiga novas capacidades cognitivas apoiadas pela inteligência humana e artificial que surgem no espaço virtual. O laboratório pode desenvolver mundos virtuais 3D, e-learning e ambientes especiais para o utilizador, nos quais a eficiência dos utilizadores é significativamente maior do que nas interfaces digitais tradicionais e habituais baseadas em janelas. Além disso, o laboratório também recomenda aplicações no domínio da saúde, por exemplo, para apoiar processos de reabilitação.

O antecessor do laboratório foi o Laboratório de Investigação "Ambientes Virtuais e Ciência da Cor" e depois o Laboratório de Investigação "Ambientes Virtuais e Multimédia Aplicada". O laboratório prossegue o seu trabalho mantendo as tradições, a cultura científica e os domínios de investigação do laboratório precedente. O laboratório de investigação ocupa-se também do tratamento e da aplicação correta da informação da imagem do ponto de vista visual-fisiológico e visual-psicológico. Para este efeito, está a ser desenvolvida investigação sobre a apresentação óptima da informação visual em ambientes virtuais.

#### **Membros do laboratório de investigação**

Prof. Cecília Sik-Lanyi, D.Sc., professora

Prof. Peter Baranyi, D.Sc., professor

Dr. habil Mihálykóné Dr. Orbán Éva, Ph.D., professor associado

Dr. Tibor Guzsvinecz, Ph.D., professor associado

Szabó Patrícia, estudante de doutoramento

Jinat Ara, estudante de doutoramento

Hanan Mohamed Namrouti, estudante de doutoramento

Mochammad Hannats Hanafi Ichsan, estudante de doutoramento

Parceiros internacionais

David Brown, Universidade de Nottingham Trent, Centro de Investigação em Computação e Informática, Grupo de Investigação em Sistemas Interactivos, Nottingham, Reino Unido

Geraldine Leader, Universidade Nacional da Irlanda, Galway Centro Irlandês de Investigação sobre Autismo e Neurodesenvolvimento, Galway, Irlanda

Ilona Heldal, Universidade de Ciências Aplicadas da Noruega Ocidental, Bergen, Noruega

Dr. hab. Nils Haneklaus, Donau-Universität Krems, Krems, Áustria

Dra. Renáta Cserjési, professora associada, ELTE, Laboratório de Investigação E-MIND, Budapeste, Hungria

Dr. Zeynep Şahin Timar, Karadeniz Teknik Universitesi Kanuni Kampusu, Trabzon, Turkey

Dr. Mostafa Abdallah Abbas Atwa Elgendy, Universidade de Benha, Cairo, Egito

## **Métodos**

Quando estamos a desenvolver novo software, por exemplo, jogos sérios para reabilitação ou desenvolvimento de competências, utilizamos sempre a conceção participativa. A conceção participativa no desenvolvimento de software é uma abordagem que envolve ativamente todas as partes interessadas no processo de conceção para garantir que o resultado satisfaz as suas necessidades e é utilizável. Ou seja, perguntamos sempre aos nossos futuros utilizadores e, por exemplo, aos prestadores de cuidados, terapeutas, professores especiais, etc., quais são as suas necessidades. Além disso, são efectuados muitos testes durante o processo de desenvolvimento até ao lançamento do produto. Realizamos testes com utilizadores para identificar problemas de usabilidade e recolher sugestões de melhoria. Recorrendo à colaboração e à tomada de decisões partilhada, aproveitando os conhecimentos, as competências e as perspectivas dos diferentes participantes, criamos soluções de software mais eficazes e fáceis de utilizar. Assim, o resultado é um software mais fácil de utilizar e que satisfaz as necessidades e preferências reais dos utilizadores, além de podermos melhorar a experiência geral do utilizador.

## **Sobre o laboratório:**

O laboratório participou em 9 consórcios internacionais apoiados pela UE, liderou 8 projectos bilaterais e participou em 5 acções COST nos últimos 20 anos. O laboratório também organizou muitas conferências internacionais.

Projectos internacionais seleccionados

- Investigação em Design para Todos: "Design para Todos para a inclusão" no âmbito do projeto foram criados novos materiais relacionados com tecnologias de apoio e design e publicações acessíveis
- Desenvolvimento de um material didático de 60 créditos internacionalmente aceite sobre "Web design acessível".
- Conceber programas de apoio ao trabalho e à vida individual para jovens com dificuldades de aprendizagem e deficiências mentais
  - o Projeto "Game On Extra Time": UK/08/LLP-LdV/TOI/163\_181
  - o Projeto "Jogos Sérios Inteligentes para a Competência Social e Cognitiva": 2015-TR01-KA201-022247
  - o TD COST Ação TD1309 - "Brincar para crianças com deficiência"
- Conceção de jogos baseados na realidade virtual para a reabilitação de doentes com AVC
  - o "Telemedicine System Empowering Stroke Patients to Fight Back", Projeto de colaboração em matéria de tecnologias da informação e da comunicação: 288692 (EU FP7-ICT-2011-7)
- Desenvolvimento e aplicação de tecnologias de apoio
  - o Ação COST CA19104, Promover a inclusão social através da tecnologia e da capacitação
  - o Ação COST CA19142, Plataforma líder para os cidadãos, indústrias, universidades e decisores políticos europeus em matéria de acessibilidade dos meios de comunicação social (LEAD\_ME)
  - o Ação COST CA22167, Abordagens Participativas com Adultos Idosos (PAAR-net)
- Desenvolvimento de um jogo de simulação de negociação para apoio ao ensino
  - o Projeto "Game On! Opportunities for Serious Games Development in Children's Health, Environmental Education & Language Learning" (projeto bilateral húngaro-austríaco de ciência e investigação 2021-1.2.4-TÉT-2021-00007)

## **Conclusões**

Com base nas nossas mais de décadas de experiência em desenvolvimento, algumas descobertas destacadas são coisas em que um programador nem sequer pensaria até se deparar com elas. Os criadores de jogos são bons engenheiros informáticos não só porque sabem programar bem, mas também porque conseguem ter em conta as capacidades humanas ao conceber um software/jogo. Além disso, os engenheiros informáticos tornam-se realmente bons criadores de jogos se ganharem experiência na conceção de jogos para utilizadores com necessidades diferentes. A complexidade aumenta ainda mais se for

necessário prestar especial atenção a uma possível deficiência do futuro utilizador. O que aprendemos durante o processo de desenvolvimento de software dos projectos acima referidos, tem em conta

- Validade ecológica,
- Diferenças culturais,
- Diferenças entre as ideias e necessidades dos doentes e dos terapeutas e as ideias do programador,
- Concentre-se nas necessidades dos utilizadores!

Mas o mais importante é "Nihil de nobis, sine nobis" (slogan latino), "Nada sobre nós sem nós"!

### **Bibliografia:**

Ara, J.; Sik-Lanyi, C.; Kelemen, A. A engenharia da acessibilidade no processo de avaliação da Web: uma revisão sistemática da literatura. *Universal Access in the Information Society*. 2023, <https://doi.org/10.1007/s10209-023-00967-2>

Szabó, P., Ara, J., Halmosi, B., Sik-Lanyi, C. Tecnologias concebidas para ajudar indivíduos com deficiências cognitivas. *Sustainability* 2023, 15(18), 13490; <https://doi.org/10.3390/su151813490>

Guzsvinecz, T., Orbán-Mihálykó, É., Perge, E., Sik-Lanyi, C. The effect of Engineering Education, on Spatial Ability, in Virtual Environments. *Ata Polytechnica Hungarica*, 2023, 20(5):11-30. [http://ata.uni-obuda.hu/Guzsvinecz\\_OrbanMihalyko\\_Perge\\_SikLanyi\\_134.pdf](http://ata.uni-obuda.hu/Guzsvinecz_OrbanMihalyko_Perge_SikLanyi_134.pdf)

Guzsvinecz, T.; Orbán-Mihálykó, É.; Sik-Lanyi, C.; Perge, E. Investigação dos tempos de conclusão do teste de aptidão espacial em realidade virtual utilizando um ecrã de secretária e o Gear VR. *Realidade Virtual*. 2022; 26, pp. 601-614. DOI WoS Scopus

Guzsvinecz, T.; Sik-Lanyi, C.; Orban-Mihalyko, E.; Perge, E. A influência dos parâmetros e dispositivos de visualização nas respostas ao teste de aptidão espacial em ambientes de realidade virtual. *Ciências Aplicadas*, 2020,10(2), 526; <https://doi.org/10.3390/app10020526>

Sik-Lanyi, C.; Orbán-Mihálykó, É. Teste de acessibilidade de sítios Web europeus relacionados com a saúde. *Arabian Journal for Science and Engineering*, 2019, 44(11):9171-9190 <https://doi.org/10.1007/s13369-019-04017-z>

Sik-Lanyi, C.; Szucs, V.; Hirschler, R. Sombras coloridas - Porque podem ser fotografadas, *Color Res Appl*. 2019; 44(6): 859-874, publicado online: 9 de agosto de 2019 <https://doi.org/10.1002/col.22420>

Herrero MT, Reynaldos B, López-Arce N, Gonzalez-Cuello AM, Fernández-Villalba E, Clinical & Experimental Neuroscience (NiCE). Instituto de Investigação do Envelhecimento. Faculdade de Medicina. Universidade de Múrcia. Múrcia, Espanha

Melhorar a qualidade de vida dos idosos através de uma abordagem participativa, da deteção precoce e do acompanhamento de problemas

**Resumo:**

Este artigo propõe uma nova abordagem para melhorar a vida dos adultos mais velhos, implementando uma plataforma robótica chamada Juno+. Argumenta-se que os métodos tradicionais muitas vezes ignoram os aspectos positivos da vida de um adulto mais velho e propõe-se uma abordagem mais apreciativa baseada no conceito de PAAR (Ação e Reflexão Participativa e Apreciativa), analisando várias questões relacionadas com a idade que uma plataforma robótica tem de abordar, incluindo a solidão, problemas emocionais, dificuldades de comunicação, perda de audição e deficiência cognitiva. A nossa plataforma robótica está a ser testada num lar de idosos e envolverá um estudo em maior escala para avaliar a eficácia da plataforma e garantir que esta tem em conta as diversas necessidades dos seus utilizadores para a deteção precoce e o acompanhamento dos problemas da vida quotidiana.

Melhorar a qualidade de vida dos idosos

É essencial contemplar a democratização da prática reflexiva, tendo em conta a ação e a reflexão participativas e apreciativas (PAAR) (1). Este conceito tem como objetivo explorar o seu potencial para permitir o avanço e a melhoria das práticas de trabalho e da vida das pessoas, tanto em contextos particulares como comunitários. São necessárias quatro "viragens" estratégicas para empregar a PAAR: as dimensões apreciativa, capacitadora, ética e participativa.

Assim, é obrigatório considerar tanto a perceção dos indivíduos sobre a sua própria saúde como os diferentes processos de intervenção e tratamento. Para este efeito, nas nossas intervenções, incluímos PROM's e PREM's mas previamente entrevistas concretas para conhecer as preferências e necessidades de cada pessoa. Os PROM's são instrumentos de avaliação que medem as percepções do paciente sobre o seu estado de saúde e qualidade de vida, bem-estar, sintomas, capacidades ou nível de autonomia. Por outro lado, os PREMs recolhem informação sobre os cuidados recebidos, centrando-se na humanidade dos cuidados, como a empatia, a dignidade, o respeito, a compreensão ou os cuidados personalizados, do ponto de vista do doente.

Com o passar dos anos, a qualidade de vida dos adultos mais velhos está a ser alterada devido a diferentes factores e circunstâncias, incluindo a solidão, problemas emocionais, comunicação, perda de audição, declínio cognitivo ou aumento do risco de quedas. Por esta razão, a nossa plataforma robótica poderia aliviar, detetar precocemente e acompanhar todos estes aspectos.

### **Solidão**

As pessoas tendem a viver muito mais tempo do que há algumas décadas atrás, sendo que esta esperança de vida é maior nas mulheres do que nos homens. O medo de estar sozinho é uma das emoções naturais mais difundidas nos seres humanos. A solidão é um problema complexo que requer uma resposta multi-setorial, sendo essencial sensibilizar e implementar medidas para a combater. As consequências podem ser graves, incluindo depressão, ansiedade, declínio cognitivo, enfraquecimento do sistema imunitário e aumento do risco de doenças crónicas (2).

### **Problemas emocionais**

Os adultos mais velhos enfrentam uma série de problemas emocionais que podem afetar significativamente o seu bem-estar. Estes incluem depressão, ansiedade, sentimentos de isolamento e falta de ligação social, stress e luto após a perda de entes queridos. Estes problemas são tratáveis e, com um diagnóstico e tratamento adequados, a maioria dos idosos pode melhorar o seu humor e, conseqüentemente, a sua qualidade de vida. A ocorrência de problemas emocionais nos idosos é influenciada por diferentes factores, como a idade, o sexo, o estado de saúde, o nível de isolamento social ou a história pessoal.

### **Comunicação**

Os adultos mais velhos têm mais dificuldades em comunicar com outras pessoas e, naturalmente, também com os médicos. O aparecimento de problemas de audição, visão, mobilidade e memória dificulta a comunicação da forma mais adequada. Embora falar com uma pessoa idosa possa ser um processo mais lento, devemos ser pacientes e fazê-la sentir-se acompanhada. As novas tecnologias que utilizam a telemedicina e os dispositivos electrónicos são cada vez mais problemáticas para os imigrantes. No entanto, se forem corretamente adaptadas, podem ser uma boa ferramenta para ensinar as pessoas mais velhas a comunicar, e podem ser desenvolvidas plataformas robóticas para detetar problemas precocemente, para intervir a tempo.

### **Problemas de audição (zumbidos)**

O zumbido é um distúrbio auditivo crónico que apresenta uma taxa de crescimento crescente com a idade (3). O zumbido pode ser definido como a percepção de um som que não é gerado a partir de qualquer fonte externa ao corpo. Pode ser percebido como um assobio, um sibilo, um zumbido e outros tipos de sons (4). A terapia de som personalizada pode servir como uma distração do tinnitus, proporcionando uma sensação de relaxamento ao mascarar

o som produzido pelo tinnitus (5-6).

### **Défice cognitivo inicial**

O défice cognitivo inicial é caracterizado por uma perturbação das emoções e da prosódia (7). As tecnologias atualmente disponíveis permitem-nos efetuar análises não invasivas. Estas tecnologias permitem a análise do estado emocional de uma pessoa através da expressão facial e da voz (8-10). Assim, através da extração de características, podemos treinar um modelo que nos permite reconhecer o estado emocional de uma pessoa, quer através das expressões faciais quer da sua voz.

### **Plataformas robóticas**

O robô Juno é um protótipo de um robô de assistência que ajuda na área da prevenção de quedas para adultos mais velhos, permitindo-lhes também realizar exercícios de estimulação cognitiva, de modo a melhorar a sua saúde física e emocional. O Juno pode ser facilmente integrado no mobiliário da própria casa ou do lar de idosos. Pode ser teleoperado ou enviado para um local e, uma vez atingida a posição-alvo, interage com o utilizador. Além disso, está a ser concebido um dispositivo para ajudar os profissionais de saúde a avaliar telematicamente o risco de quedas. Este dispositivo será ligado a uma aplicação em nuvem que permitirá aos profissionais melhorar a sua capacidade de diagnóstico à distância, de modo a que o número de utilizadores-pacientes supervisionados possa ser aumentado sem reduzir os cuidados prestados.

### **Cataratas**

Uma das principais causas de ferimentos e de morte nos idosos são as quedas. Com o passar dos anos, há um aumento do risco de quedas; este risco é maior nas mulheres do que nos homens. Várias doenças crónicas como a osteoporose, a artrite ou problemas de equilíbrio, a depressão, a ansiedade, a demência ou a utilização de certos medicamentos sedativos ou tranquilizantes são factores que aumentam o risco de quedas. Durante o desenvolvimento da prova de conceito, será gerado um conjunto de dados de treino para treinar um modelo capaz de prever o risco de queda dos idosos. Este modelo será avaliado por profissionais de saúde e terapeutas para melhorar a sua capacidade de previsão e será integrado no produto a comercializar.

A prova de conceito para 2024 visa instalar o dispositivo em diferentes instituições, para que um número representativo de utilizadores possa aceder ao dispositivo, tendo também em conta os aspectos da interseccionalidade. Os dados neurométricos recolhidos por dispositivos como o Emotiv ou o Mindtooth estão também a ser integrados durante a realização de tarefas de estimulação cognitiva, permitindo-nos conhecer o nível de emoção, a carga de trabalho mental, a fadiga ou a atenção de uma pessoa durante a realização dos exercícios. No futuro, seria ideal dispor de uma plataforma totalmente personalizada capaz de detetar sinais precoces de deficiência cognitiva, integrando informações de reconhecimento facial, prosódia, deficiência auditiva e risco de quedas, permitindo alertar familiares, parentes,

médicos e profissionais de saúde.

## Referências

1. Ghaye T, Melander-Wikman A, Kisare M, Chambers P, Bergmark U, Kostenius C, et al. Participatory and appreciative action and reflection (PAAR) - democratizing reflective practices. *Reflective Pract.* 1 de noviembre de 2008;9(4):361-97.
2. Ong AD, Uchino BN, Wethington E. Loneliness and Health in Older Adults: A Mini-Review and Synthesis. *Gerontology.* 2016;62(4):443-9.
3. Jafari Z, Kolb BE, Mohajerani MH. Perda auditiva relacionada à idade e zumbido, risco de demência e resultados de amplificação auditiva. *Ageing Res Rev.* diciembre de 2019;56:100963.
4. Han BI, Lee HW, Kim TY, Lim JS, Shin KS. Tinnitus: Characteristics, Causes, Mechanisms, and Treatments. *J Clin Neurol.* 1 de marzo de 2009;5(1):11-9.
5. Wang J, Ding J, Song J, Hu L, Cong N, Han Z. Um Estudo Prospetivo do Efeito do Grau de Correspondência do Som do Zumbido na Eficácia da Terapia Sonora Personalizada em Pacientes com Zumbido Crônico. *ORL.* 3 de septiembre de 2021;84(3):229-37.
6. Mahboubi H, Haidar YM, Kiumehr S, Ziai K, Djalilian HR. Terapia Sonora Personalizada Versus Não Personalizada para o Tratamento do Zumbido: Um Ensaio Clínico Cruzado Randomizado. *Ann Otol Rhinol Laryngol.* octubre de 2017;126(10):681-7.
7. Ang J, Dhillon R, Krupski A, Shriberg E, Stolcke A. Prosody-based automatic detection of annoyance and frustration in human-computer dialog. En 2002 [citado 14 de mayo de 2024]. p. 2037-40. Disponível em: [https://www.isca-archive.org/icslp\\_2002/ang02\\_icslp.html](https://www.isca-archive.org/icslp_2002/ang02_icslp.html)
8. Akçay MB, Oğuz K. Speech emotion recognition: Modelos emocionais, bases de dados, características, métodos de pré-processamento, modalidades de apoio e classificadores. *Speech Commun.* 1 de enero de 2020;116:56-76.
9. Bianco S, Celona L, Ciocca G, Marelli D, Napoletano P, Yu S, et al. A Smart Mirror for Emotion Monitoring in Home Environments. *Sensors.* 9 de noviembre de 2021;21(22):7453.
10. El Ayadi M, Kamel MS, Karray F. Survey on speech emotion recognition: Features, classification schemes, and databases. *Pattern Recognit.* 1 de marzo de 2011;44(3):572-87.

Krzysztof Klincewicz, Centro de Inovações Socialmente Responsáveis, Faculdade de Gestão, Universidade de Varsóvia, Polónia

Participação dos adultos mais velhos na co-criação de produtos - descoberta de necessidades e capacitação conativa

**Questão principal da investigação:**

O estudo visa melhorar a nossa compreensão do modo como a experiência da investigação participativa desencadeia mudanças na vida quotidiana dos participantes - adultos mais velhos. Esta parece ser uma via de investigação inspiradora para os investigadores, especialmente no contexto das inovações e tecnologias. Embora exista um vasto conjunto de provas sobre as razões que levam as pessoas a aderir e a continuar os estudos participativos (ver, por exemplo, a revisão da literatura em: Klincewicz et al., 2024b), ainda precisamos de compreender melhor a forma como as várias abordagens participativas mudam a vida dos indivíduos participantes, incluindo os adultos mais velhos.

O estudo beneficia de um ambiente de investigação único: EIT Food RIS Consumer Engagement Labs, um projeto financiado pelo Instituto Europeu de Inovação e Tecnologia com base nos programas Horizon 2020 e Horizon Europe e coordenado pela Universidade de Varsóvia. O projeto implementa abordagens participativas através da cocriação do consumidor: estabelecendo um diálogo entre consumidores e produtores, permitindo-lhes conceber em conjunto novos produtos, anteriormente desconhecidos, que satisfaçam as necessidades dos consumidores. Em 2019-2023, o projeto foi implementado em 19 países com a participação de 106 grupos de consumidores e 55 empresas, resultando em 30 produtos cocriados disponíveis no mercado. Nas fases do projeto de 2019-2021, todos os consumidores participantes eram adultos mais velhos e, portanto, o projeto ofereceu oportunidades para acumular conhecimentos ricos sobre as necessidades relacionadas com a alimentação dos consumidores mais velhos, mas também sobre as oportunidades e limitações das abordagens participativas que envolvem este grupo de cidadãos (ver também a discussão da cocriação com adultos mais velhos em: Klincewicz et al., 2024a).

Os Laboratórios de Envolvimento do Consumidor atribuíram um papel importante aos adultos mais velhos como co-designers de produtos do quotidiano, incluindo alimentos e embalagens. Os participantes eram "consumidores comuns", sem conhecimentos especializados ou formação de base, libertando o seu potencial criativo para co-desenharem produtos inovadores que satisfizessem as suas necessidades, fossem melhores do que as opções atualmente disponíveis e atraentes para as empresas produtoras. O projeto baseia-se numa metodologia única desenvolvida pela Universidade de Varsóvia, replicada em cada novo processo criativo e em cada grupo de consumidores. Os processos de co-criação são orquestrados sob a forma de laboratórios vivos, através de reuniões recorrentes, de processos

faseados de descoberta das necessidades dos participantes e de passagem para tarefas criativas que terminam com a formulação de novas propostas de produtos, que são subsequentemente analisadas pelas empresas, examinadas quanto à sua atratividade comercial e desenvolvidas para o mercado de consumo.

A participação dos adultos mais velhos ajudou a descobrir as suas necessidades latentes. Um aspeto importante da metodologia é o uso da projeção: os adultos mais velhos foram capazes de comunicar facilmente as suas apreensões, preocupações sobre os produtos existentes que por vezes podem ser embaraçosas (por exemplo, preocupações relacionadas com desconfortos digestivos ou dificuldades de mastigação), enquanto discutiam a situação de uma persona (um consumidor idealizado com características representativas de um grupo social selecionado) em vez de indivíduos reais. A metodologia inclui também múltiplas técnicas que estimulam as interações no ambiente externo, incluindo: análises de produtos armazenados na própria casa/cozinha com a frequência das suas compras e utilizações, visitas a mercearias para verificar a oferta atual numa determinada categoria de produtos, bem como discussões intensivas com colegas co-criadores e amigos.

No que diz respeito aos estudos participativos, as experiências pós-participação e as consequências mais amplas para as vidas pessoais não foram extensivamente investigadas, principalmente devido às limitações da conceção da investigação: a necessidade de regressar aos participantes no estudo após um determinado período de tempo para recolher observações ou mudanças auto-relatadas. A co-criação sob a forma de laboratórios vivos afigura-se um contexto altamente relevante para traçar as consequências da mudança de vida, uma vez que a participação é intensiva, estendendo-se por vários dias e produzindo resultados tangíveis e inovadores.

### **Métodos:**

O estudo analisou as experiências dos participantes de 14 processos Labs com 42 equipas de consumidores em 14 países, com base em processos participativos implementados em 14 países europeus em 2019-2020. Em 2021, os adultos mais velhos, que participaram nos Laboratórios organizados 2-12 meses antes, foram convidados a participar em entrevistas de grupo de foco. Isto foi complementado por entrevistas individuais com 42 facilitadores dos Laboratórios e 12 entrevistas individuais com adultos mais velhos - participantes dos Laboratórios, com o objetivo de explorar ainda mais estas perceções. O extenso material qualitativo foi gravado, transcrito, traduzido e codificado através de codificação axial e in-vivo.

### **Conclusões:**

A experiência de participação resulta no empoderamento dos participantes, que pode ser interpretado através das lentes do constructo tripartido de empoderamento cognitivo, afetivo e conativo (Harrison & Waite, 2015; Hilgard, 1980):

- capacitação cognitiva: aprendizagem, aquisição de novos conhecimentos, auto-consciência e melhor compreensão como consequências da participação,

- capacitação afectiva: resultados emocionais e atitudes em relação a produtos ou empresas, mas também reforço da auto-eficácia dos participantes (maior confiança nas suas próprias capacidades e no seu potencial criativo),
- capacitação conativa: que resulta numa ação proactiva, intencional e orientada para objectivos (estar capacitado para agir de formas novas ou melhores) (Warde, 2014), associada à agência individual e à autonomia no processo criativo.

A capacitação conativa engloba várias consequências para a vida quotidiana, que podem ser resumidas em três direcções-chave para a mudança:

- 1) "Tenho voz como especialista nos assuntos da minha própria vida" - com resultados pós-participação que incluem: maior interesse nos ingredientes dos produtos, datas de validade, rótulos ou embalagens, compras mais atentas, mudanças no planeamento da alimentação, escolha de lojas ou marcas
- 2) "Sou um consumidor mais saudável" - alterações no planeamento ou na composição das refeições (frequência e horário das refeições, eliminação ou aumento do consumo de produtos específicos), maior diversidade dos alimentos consumidos, utilização de novas receitas e produtos nutritivos (curiosamente, as opiniões dos participantes nem sempre correspondiam às normas nutricionais amplamente aceites, uma vez que alguns participantes tinham ganho maior confiança nos seus próprios conhecimentos acumulados no processo dos laboratórios e agiam em conformidade, mas os seus conhecimentos não eram necessariamente verificáveis)
- 3) "Vivo uma vida melhor" - a experiência de trabalho em equipa e de tarefas criativas fez com que alguns participantes reavaliassem os seus hábitos diários, motivando-os a celebrar as refeições e a prestar atenção à estética dos alimentos, ou a considerar as refeições como uma prática de "auto-doação".

### **Bibliografia:**

Harrison, T. & Waite, K. (2015) Impact of co-production on consumer perception of empowerment. *The Service Industries Journal*, 35(10), 502-520.

Hilgard, E.R. (1980) A trilogia da mente: Cognição, afeto e conação. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 16(2), 107-117.

Klincewicz, K., Dębska, K., Król, K., Skupiński, M. & Zatorska, M. (2024a) Desafios e oportunidades da cocriação de novos produtos com consumidores mais velhos. In: A. Urbaniak, A. Wanka (Eds.), *Routledge International Handbook of Participatory Approaches in Ageing Research* (pp. 158-171), Routledge.

Klincewicz, K., Jacobsen, L., Dębska, K., Gazdecki, M., Goryńska-Goldmann, E., Król, K., Lähteenmäki, L., Wielicka-Regulska, A. & Zatorska, M. (2024b) Evolução da motivação na co-criação: Recruit, retain and complete in a project on new food product co-creation, *Creativity and Innovation Management*, 1-26.

Warde, A. (2014) Depois do gosto: Cultura, consumo e teorias da prática. *Revista de Cultura de Consumo*, 14(3), 279-303.

Arlind Reuter, PhD Universidade de Lund, Suécia

## Sustentabilidade das abordagens participativas na investigação sobre o envelhecimento: a Cooperativa de Áudio e Rádio Later Life

O florescimento das comunidades é um objetivo central da investigação-ação participativa (Kindon et al., 2007). Por conseguinte, considerar a sustentabilidade da investigação-ação participativa para além do projeto de investigação é essencial para estabelecer um impacto a longo prazo e co-criar mudanças duradouras nas comunidades. Esta apresentação, no âmbito do simpósio do grupo de trabalho sobre tecnologia e inovação, utilizou o exemplo da Cooperativa de Áudio e Rádio Later Life para demonstrar como uma metodologia participativa apoiou a apropriação da investigação participativa por uma comunidade (Reuter & Scharf, 2023).

**O principal objetivo** deste projeto de investigação foi explorar a forma como a participação cívica dos adultos mais velhos pode ser apoiada pela criação de conteúdos áudio digitais. Apesar do número crescente de pessoas idosas que se envolvem ativamente na Internet, os adultos mais velhos ainda tendem a ser negligenciados como criadores activos de conteúdos (Waycott et al., 2013). Mesmo o desenvolvimento de novas redes sociais dá frequentemente prioridade às funções de acessibilidade para permitir que os utilizadores mais velhos vejam conteúdos produzidos por outros, em vez de criarem e partilharem as suas próprias produções (Waycott et al., 2013). A falta de vozes de pessoas mais velhas nos espaços digitais é frequentemente reforçada pelas formas como os adultos mais velhos são muitas vezes mal representados no discurso dos principais meios de comunicação social (Ayalon et al., 2021). De facto, o ageism, ou a discriminação de pessoas com base na sua idade cronológica, tornou-se uma característica estabelecida das plataformas digitais que podem incluir mecanismos de design ou algorítmicos que estrategicamente despriorizam, desconsideram ou excluem as pessoas mais velhas (Rosales & Fernández-Ardèvol, 2020).

### **Métodos**

Utilizando a investigação-ação participativa ao longo de quatro anos, colaborámos com adultos mais velhos no Reino Unido que criam os seus próprios programas de rádio. A apresentação destacou especificamente a criação de um Festival de Rádio como uma metodologia única e imersiva que proporcionou uma plataforma para os criadores de rádio mais velhos no Reino Unido se ligarem uns aos outros. Os participantes presentes no Festival da Rádio eram criadores de áudio e rádio mais velhos, estações de rádio inclusivas, organizações do terceiro sector que trabalham com questões relacionadas com o envelhecimento e investigadores das áreas da rádio comunitária e do envelhecimento. O Festival da Rádio representa um tipo de bricolagem metodológica, em que os dados foram recolhidos de forma orgânica para criar um conjunto de dados que apoia uma compreensão mais profunda das experiências dos criadores de conteúdos mais velhos. Um objetivo

fundamental da bricolagem metodológica é procurar a compreensão em vez de exigir dados amplamente generalizáveis (Holstein & Minkler, 2007). A utilização de métodos contextualizados e a assunção de riscos metodológicos como parte desta abordagem podem apoiar a mudança social (Holstein & Minkler, 2007), que era um objetivo integral do Festival de Rádio. Ao longo de dois dias, participámos numa variedade de actividades, tais como transmissões em direto que contribuíram para o desenvolvimento de competências, debates para compreender a importância da criação de conteúdos para uma participação cívica bem sucedida e workshops criativos que nos permitiram desenvolver novas estratégias. Ao longo dos workshops e dos debates, os participantes manifestaram a ambição de se ligarem de forma mais permanente e de criarem uma rede de criadores de conteúdos mais velhos e de estações de rádio inclusivas, cujo objetivo é desafiar as narrativas preconceituosas dos principais meios de comunicação social, fornecendo conteúdos baseados em conversas criadas por adultos mais velhos.

A ideia de formar uma rede duradoura foi desenvolvida ao longo do ano seguinte. Em colaboração, os participantes trabalharam na criação da Cooperativa de Áudio e Rádio Later Life ([laterlifeaudioradio.org](http://laterlifeaudioradio.org)) com base numa estrutura de governação cooperativa. Os objectivos da cooperativa são os seguintes

- Promover pontos de vista positivos e contestar pontos de vista negativos sobre a idade e o envelhecimento, fornecendo conteúdos áudio e radiofónicos baseados em conversas, criados por diversos grupos de adultos mais velhos.

- Reforçar a visibilidade dos conteúdos criados por adultos mais velhos nos meios de comunicação social e incentivar a expansão da programação radiofónica relacionada com o envelhecimento e as relações entre as gerações.

- Envolver os adultos mais velhos na radiodifusão, facilitar o desenvolvimento de competências e criar comunidades, permitindo a discussão de uma vasta gama de tópicos.

Em geral, a reunião dos criadores de conteúdos de rádio comunitária mais velhos no Festival de Rádio levou à criação de uma comunidade maior e mais sustentável sob a forma de uma organização cooperativa. O caminho para uma cooperativa foi caracterizado por uma série de ciclos de investigação-ação participativa, começando com um Festival de Rádio para adultos mais velhos e conduzindo a uma forma de organização capaz de defender com sucesso o reforço da cidadania digital dos adultos mais velhos na radiodifusão. O projeto representa uma abordagem inovadora, em que o papel do investigador de ação participativa foi o de facilitar a criação de uma comunidade, que é agora dirigida pelos próprios adultos mais velhos. Dar importância à promoção da comunidade através da investigação-ação participativa sobre tecnologia pode apoiar a sustentabilidade dos projectos de investigação para além do fim do período de financiamento.

## **Bibliografia**

Ayalon, L., Chasteen, A., Diehl, M., Levy, B., Neupert, S.D., Rothermund, K., Tesch-Römer, C. & Wahl, H.W. (2021) Aging in Times of the COVID-19 Pandemic: Evitar o Ageísmo e Fomentar a Solidariedade Intergeracional. *The journals of Gerontology: Série B*. 76 (2), 1-4.

Holstein, M.B. & Minkler, M. (2007) Gerontologia crítica: Reflexões para o século XXI. *Critical perspectives on ageing societies*. 13-26.

Kindon, S., Pain, R. & Kesby, M. (2007) Participatory action research approaches and methods: Conectando pessoas, participação e lugar. Vol. 22. Routledge.

Reuter, A. & Scharf, T. (2023) "The Later Life Audio and Radio Cooperative: Creating sustainable communities from participatory action research", in Anna Urbaniak & Anna Wanka (eds.) *Routledge International Handbook of Participatory Approaches in Ageing Research*. [Online]. pp. 262-272.

Rosales, A. & Fernández-Ardèvol, M. (2020) Ageism in the era of digital platforms. *Convergence: The International Journal of Research into New Media Technologies*. 26 (5-6), 1074-1087.

Waycott, J., Vetere, F., Pedell, S., Kulik, L., Ozanne, E., Gruner, A. & Downs, J. (2013) Older adults as digital content producers. *Actas da Conferência SIGCHI sobre Factores Humanos em Sistemas Informáticos - CHI '13*. 39-48.

## Alexander Bajwa Kucharski, M.A. Instituto de Trabalho e Tecnologia, Alemanha

### Design participativo em gerontecnologia: Principais conclusões e reflexões de uma revisão sistémica da literatura

#### **Antecedentes**

A evidência de tecnologias ou serviços digitais para apoiar os adultos mais velhos e os processos de envelhecimento tem sido investigada há muito tempo (por exemplo, Gutman/Sixsmith, 2013). Ao mesmo tempo, tem sido reconhecido que a maioria das tecnologias concebidas para tais fins não foram bem-sucedidas nos mundos de vida dos adultos mais velhos, uma vez que apenas alcançaram "uma aceitação limitada [e] altas taxas de abandono" (Greenhalgh et al., 2016:2). As explicações para esta constatação são diversas. No entanto, vários estudos concluem que existe uma falta de consciencialização e/ou interesse das pessoas mais velhas em relação a estas tecnologias, o que, por sua vez, pode levar a uma falta de aceitação e utilização (Lee/Coughlin, 2015). Assim, para ultrapassar a não-aceitação e a não-utilização, foi argumentado que os dispositivos precisam de se concentrar mais nas características dos utilizadores mais velhos, nas suas necessidades e preferências (Künemund, 2015). As abordagens participativas, que envolvem os utilizadores mais velhos no processo de desenvolvimento das tecnologias, têm sido consideradas como uma forma promissora de o conseguir. Neste contexto, a abordagem do design participativo (DP), que

idealmente envolve potenciais utilizadores como "especialistas do seu mundo de vida" (Beimborn et al., 2016) em práticas de design, juntamente com designers e investigadores como parceiros de pleno direito ao longo de todo o processo de inovação (Spinuzzi, 2005), ganhou popularidade. Ainda assim, os críticos afirmam que a realização de abordagens de DP com adultos mais velhos não tem sido feita corretamente (Östlund et al., 2015; Beimborn et al., 2016). Para ver como o DP é implementado e organizado na prática, o apresentador e o seu colega realizaram uma revisão da literatura, que foi publicada em 2018 (Merkel/Kucharski, 2018). O principal objetivo desta contribuição para a conferência foi apresentar os principais resultados críticos desta revisão e ligá-la a trabalhos mais recentes e futuros dos grupos de trabalho da PAAR-net.

## **Métodos**

A revisão sistemática da literatura abrangeu várias bases de dados (APA Search, Gerolit, PubMed e Web of Science). A estratégia de pesquisa baseou-se em três elementos: (1) métodos e abordagens participativos com (2) pessoas idosas com o objetivo de desenvolver (3) dispositivos tecnológicos, software e hard-ware para adultos mais velhos.

## **Resultados**

A estratégia de pesquisa revelou 557 publicações no total. Analisámos 65 artigos com texto integral, dos quais 26 foram incluídos na análise final. De acordo com as tecnologias, as publicações analisadas podem ser categorizadas em três grupos: Estudos que (1) utilizam tecnologia já existente com o objetivo de encontrar novas formas de utilização; (2) visam a criação de novos dispositivos; (3) testam e/ou modificam protótipos. Verificámos que a DP é utilizada de diversas formas no domínio interdisciplinar da gerontecnologia. Três conclusões podem ser resumidas como as mais críticas da revisão. A maioria dos estudos integrou os (futuros) utilizadores apenas em fases únicas do processo de inovação (por exemplo, geração de ideias no início do trabalho de conceção ou feedback do utilizador no teste (pró-tótipo)) em estudos qualitativos com amostras de pequena dimensão, muitas vezes sem revelar claramente as estratégias de amostragem, utilizando métodos únicos de "investigação tradicional" (por exemplo, entrevistas, grupos de discussão, workshops). Além disso, nenhum dos estudos relatou uma avaliação do processo, ou seja, fornecer provas de uma maior aceitação das tecnologias devido a abordagens participativas, bem como refletir as experiências dos participantes mais velhos relativamente ao seu envolvimento, bem como os resultados. Por último, verificámos que, na maioria dos casos, não foi descrito se os idosos tinham ou não o direito de influenciar ativamente as decisões críticas. Com base nestas constatações, concluímos que existe uma falta de estratégias abrangentes, bem como um desfasamento geral entre os pressupostos normativos das abordagens participativas e as implementações práticas nas práticas de conceção de gerontecnologias, uma vez que as abordagens de investigação identificadas não eram, na sua maioria, transparentes quanto às razões para as concepções de estudo selecionadas. Recomendamos que os investigadores e os designers se interroguem sobre a razão pela qual as abordagens participativas devem ser

incluídas, quem será o público-alvo, como os (futuros) utilizadores serão envolvidos e quando serão envolvidos. Refletir sobre estas questões poderia evitar a utilização da DP como tokenismo, evitar amostras tendenciosas e fornecer informações sobre as experiências dos adultos mais velhos, bem como sobre os resultados dos processos e métodos de DP.

### **Reflexões e perspectivas**

O estudo relatado foi uma tentativa inicial de refletir criticamente a investigação com co-criadores mais velhos e de tentar formular critérios para abordagens participativas na conceção de tecnologias. Desde então, foram envidados mais esforços centrados em diferentes aspectos, bem como na proposta de critérios mais pormenorizados para as abordagens participativas (por exemplo, Fischer et al., 2020; Grigorovich et al., 2022). Ainda assim, como as abordagens participativas são um campo contestado por múltiplas disciplinas e são aplicadas para diferentes fins no envelhecimento e na tecnologia, há necessidade de sintetizar o conhecimento e formular um quadro para a Investigação Tecnológica e de Inovação com co-criadores mais velhos.

### **Bibliografia**

Gutman, G. M., & Sixsmith, A. J. (2013). *Tecnologias para o envelhecimento ativo. Perspectivas internacionais sobre o envelhecimento (Vol 9)*. Nova Iorque: Springer.

Greenhalgh, T., Shaw, S., Wherton, J., Hughes, G., Lynch, J., A'Court, C., Stones, R. (2016). SCALS: Um estudo de quarta geração de tecnologias de vida assistida no seu contexto organizacional, social, político e político. *BMJ Open*, 6, e010208. doi:10.1136/bmjopen-2015-010208

Künemund, H. (2015). Chancen und Herausforderungen assistiver Technik: Nutzerbedarfe und Technikakzeptanz im Alter [Oportunidades e desafios da tecnologia de assistência: Necessidades dos utilizadores e aceitação da tecnologia na velhice]. *Zeitschrift für Technikfolgenabschätzung in Theorie und Praxis*, 24, 28-35.

Lee, C., & Coughlin, J. F. (2015). Perspetiva: Adoção de tecnologia pelos adultos mais velhos: Uma abordagem integrada para identificar determinantes e barreiras. *Journal of Product Innovation Management*, 32, 747-759. doi:10.1111/jpim.12176

Beimborn, M., Kadi, S., Köberer, N., Mühleck, M., & Spindler, M. (2016). Focando o humano: Reflexões interdisciplinares sobre envelhecimento e tecnologia. Em E. Domínguez-Rué & L. Nierling (Eds.), *Science studies: Vol. 9. Envelhecimento e tecnologia: Perspectivas das ciências sociais* (pp. 311-333). Bielefeld: Transcript.

Spinuzzi, C. (2005). A metodologia do design participativo. *Comunicação Técnica*, 52, 163-174.

Östlund, B., Olander, E., Jonsson, O., & Frennert, S. (2015). Design inspirado em STS para enfrentar os desafios do envelhecimento moderno. A tecnologia do bem-estar como uma ferramenta para promover inovações orientadas para o utilizador ou outra forma de manter

os utilizadores mais velhos reféns? *Technological Forecasting and Social Change*, 93, 82-90. doi:10.1016/j.tech-fore.2014.04.012

Merkel, S. & Kucharski, A. (2018): Participatory Design in Gerontechnology: Uma revisão sistemática da literatura. *The Gerontologist*, 59,1, e16-e25. doi:10.1093/geront/gny034.

Fischer, B., Peine, A. & Östlund, B. (2020): The Importance of User Involvement: A Systematic Review of Involving Older Users in Technology Design. *The Gerontologist*, 60,7, e513-e523. doi: 10.1093/geront/gnz163.

Grigorovich, A., Kontos, P., Jenkins, A. & Kirkland, S. (2022): Movendo-se em direção à promessa de engajamento participativo de adultos mais velhos em gerotecnologia. *The Gerontologist*, 62,3, 324-331. doi: 10.1093/geront/gnab026.

## Grupo de Trabalho 4



**WG 4**

Synthesis and Quality  
Criteria

O Grupo de Trabalho 4 dedica-se a defender os padrões éticos e a assegurar a participação significativa de idosos carenciados, vulneráveis ou marginalizados nos processos de investigação e de elaboração de políticas. O WG4 estabelece diretrizes éticas e critérios de qualidade que promovem a participação inclusiva e significativa dos idosos na investigação e na elaboração de políticas. Carlo Fabian e Annette Bielfield lideram este grupo e organizaram a sessão do WG4 em Cracóvia. Durante esta sessão, os seguintes apresentadores fizeram as suas apresentações: Sandra Staudacher e John Andersen.

**Sandra Staudacher, PhD, MA, Institut für Pflegewissenschaft, Basileia, Suíça**

**Algumas reflexões sobre o nível atual de envolvimento dos adultos mais velhos na investigação participativa**

Objetivo principal da investigação: O primeiro objetivo desta contribuição é refletir até que ponto os adultos mais velhos estão envolvidos na investigação participativa e que tipo de bases fundamentais temos de ter em conta para que os mais velhos possam realmente ter uma influência. Isto leva ao segundo objetivo, que é analisar que tipo de abordagem metodológica pode apoiar a investigação participativa com pessoas idosas.

### **Métodos**

As reflexões baseiam-se numa revisão não estruturada da literatura que conduz a uma revisão narrativa, o que permite recolher informações relevantes relacionadas com a investigação participativa "que fornecem tanto o contexto como a substância ao argumento geral dos autores" (Kastner et al., 2012, p. 4). A revisão da literatura e as reflexões são ilustradas com exemplos do projeto de investigação financiado pela Fundação Nacional de Ciência Suíça (SNSF) "Quem tem uma palavra a dizer nos lares de idosos? An Ethnography on PartIcipation of people living in long-term rEsideNTial caRE (EPICENTRE)".

### **Conclusões**

De acordo com o Roteiro das Nações Unidas para a Recuperação da COVID-19, existe uma lacuna de conhecimento no que diz respeito à conceção e eficácia dos mecanismos que

promovem a participação significativa das populações marginalizadas nas actividades de tomada de decisão (Nações Unidas, 2020). Para analisar em que medida os adultos mais velhos estão envolvidos na investigação participativa, precisamos de compreender melhor o que significa participação. A participação tem uma grande variedade de significados. Eu defendo que precisamos de utilizar conceitos de participação. Podemos distinguir entre duas direcções principais de participação, como "tomar parte", no sentido de estar presente e como "ter uma parte", o que implica que os participantes têm o poder de ter uma influência real (Simovska & Jensen, 2009). Isto vai para além da "participação por substituição", em que as pessoas são meramente representadas por outras (Shivji, 2004). Já em 1969, Arnstein publicou a sua ideia de uma escada de três tipos ideais de participação, a saber: poder do cidadão, tokenismo e não participação. O poder do cidadão, no topo da escada, inclui o controlo do cidadão, o poder delegado e a parceria. No meio da escada está o tokenismo, que inclui a consulta, a informação e a colocação. A consulta é amplamente utilizada como um meio de legitimar decisões já tomadas, utilizando um mínimo de participação apenas para conferir autoridade moral ao processo. No fundo, está a não-participação, na qual se situa a terapia e a manipulação (Arnstein, 1969). Esta escada ainda está no centro dos quadros de participação elaborados mais recentemente (Cornwall, 2008; Morgan & Lifshay, 2012; Popay et al., 1998; Rowe & Frewer, 2005). No entanto, na literatura há relativamente pouca atenção dada ao contexto estrutural, como os aspectos socioculturais, políticos, legais ou económicos, quando se analisa a participação de indivíduos ou grupos na sociedade, que eu defendo que devem ser tidos em conta para entender a participação como incorporada num sistema maior. Compreender o contexto estrutural das pessoas idosas é crucial, pois traduzir a voz em influência requer mais do que simplesmente formas eficazes de captar o que as pessoas querem dizer; envolve esforços 'de cima' e 'de baixo' (Gaventa e Robinson, 1998).

Tendo em mente estas diversas nuances de participação, sugiro que se coloquem as seguintes questões-chave para analisar em que medida os idosos estão envolvidos na investigação: Primeiro, qual é o contexto social, económico, político ou cultural que molda a participação das pessoas idosas? Em segundo lugar, qual é o significado da sua participação e porque é que participam? Em terceiro lugar, em que fase(s) da investigação e através de que meios participam? E em quarto lugar, quem está a participar e existe uma inclusão diversificada e equitativa de grupos marginalizados?

Analisando a abordagem metodológica que pode apoiar a investigação participativa com pessoas idosas, concluo que a investigação participativa, que visa verdadeiramente abordar questões levantadas por pessoas idosas, precisa, em primeiro lugar, de uma perspectiva de investigação a longo prazo, que permita abordar questões que surgiram na população-alvo em investigações anteriores. Em segundo lugar, a investigação participativa necessita de uma abordagem de investigação adaptativa e, por conseguinte, de um plano de investigação, que deixe espaço para se ajustar de forma flexível às direcções que surgem através dos participantes na investigação. Isto implica começar com um tema suficientemente amplo para permitir uma focalização direccionada mais tarde no processo de investigação. Em terceiro

lugar, a abordagem metodológica necessita de um olhar atento à diversidade (por exemplo, diferentes problemas de saúde, deficiência, género, antecedentes socioeconómicos e migratórios, etc.) e aos aspectos interseccionais (por exemplo, cegueira, mulher idosa, não falar a língua local) que surgem para garantir a equidade entre os diferentes idosos. A equidade é a "ausência de diferenças injustas, evitáveis ou remediáveis entre grupos de pessoas, quer esses grupos sejam definidos social, económica, demográfica ou geograficamente ou por outras dimensões da desigualdade" (Organização Mundial de Saúde, 2022). Em quarto lugar, como investigadores, devemos assegurar e promover a participação dos adultos mais velhos e/ou a sua representação através da participação dos que lhes são mais próximos, mas tendo em conta os interesses de todas as pessoas/grupos envolvidos. Em quinto lugar, a abordagem metodológica precisa de considerar o nível social e de perguntar que discursos existem e que aspectos legais, económicos, políticos e culturais precisam de ser considerados.

Uma abordagem metodológica promissora, que permite concentrar-se em todos esses elementos, é a etnografia (Silverman, 2017). A etnografia, que deriva da Antropologia Social, refere-se tanto aos métodos de observação participante como ao produto do estudo etnográfico, o relatório escrito. Desde o final da década de 1980, os antropólogos que realizam etnografias elaboraram um debate sobre ("crise de") representação, co-investigação, etc. Um estudo observacional (etnográfico) aprofundado tem como objetivo produzir um relatório sobre um contexto social que faça justiça às perspectivas dos participantes. Uma descrição empática e pormenorizada, mesmo que interessante por si só, não é suficiente; a descrição "de dentro" deve ser também uma descrição teórica (thick description). A visão "de dentro" deve ser combinada com a visão "de fora", que oferece uma abordagem analítica da vida social. Através da interação empática constante entre os adultos mais velhos e "o campo" com os investigadores, as pessoas devem ser capazes de influenciar a investigação.

Em conclusão, as reflexões apresentadas ilustram a necessidade fundamental de clarificar que tipo e qualidade de participação dos adultos mais velhos entendemos (geralmente de forma implícita) por abordagens de investigação participativa e que implicações tem esta última para a forma como a devemos abordar metodologicamente.

## **Bibliografia**

Arnstein, S. R. (1969, 1969/07/01). A Ladder Of Citizen Participation. *Journal of the American Institute of Planners*, 35(4), 216-224. <https://doi.org/10.1080/01944366908977225>

Cornwall, A. (2008, 2008). Unpacking 'Participation': models, meanings and practices. *Community Development Journal*, 43(3), 269-283.

Kastner, M., Tricco, A. C., Soobiah, C., Lillie, E., Perrier, L., Horsley, T., Welch, V., Cogo, E., Antony, J., & Straus, S. E. (2012). Qual é o método de síntese de conhecimentos mais adequado para efetuar uma revisão? Protocolo para uma revisão de escopo. *BMC Medical Research Methodology*, 12(114). <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/1471-2288-12-114>

Morgan, M., & Lifshay, J. (2012). Uma escada de participação comunitária na saúde pública. Em M. Minkler (Ed.), *Community Organizing and Community Building for Health and Welfare* (3ª edição ed., pp. 437-439). Rutgers University Press.

Popay, J., Williams, G., Thomas, C., & Gatrell, T. (1998, 1998/09/01). Theorising Inequalities in Health: The Place of Lay Knowledge [<https://doi.org/10.1111/1467-9566.00122>]. *Sociology of Health & Illness*, 20(5), 619-644. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/1467-9566.00122>

Rowe, G., & Frewer, L. J. (2005, 2005/04/01). A Typology of Public Engagement Mechanisms. *Science, Technology, & Human Values*, 30(2), 251-290. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0162243904271724>

Shivji, I. (2004, 2004/08//). Reflections on NGOs in Tanzania: what we are, what we are not, and what we should be. *Development in Practice*, 14, 689-695. <https://doi.org/10.1080/0961452042000239832>

Silverman, David. 2017. *Doing Qualitative Research*. Quinta edição. ed. Londres Thousand Oaks, Califórnia: SAGE Publications Ltd.

Nações Unidas. (2020). Roteiro de Investigação da ONU para a Recuperação da COVID-19 - Tirar partido do poder da ciência para um futuro mais equitativo, resiliente e sustentável.

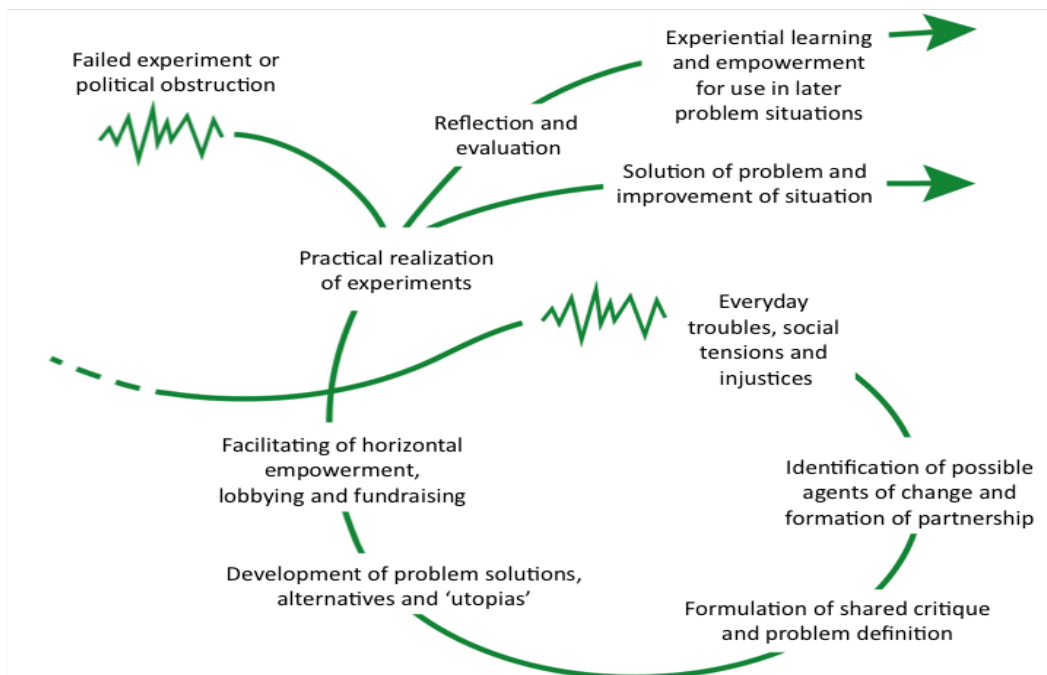
Organização Mundial de Saúde, W. (2022). Equidade na saúde. [https://www.who.int/health-topics/health-equity#tab=tab\\_2](https://www.who.int/health-topics/health-equity#tab=tab_2)

## John Andersen, Departamento de Pessoas e Tecnologia. Universidade de Roskilde, Dinamarca.

### A promessa da investigação-ação participativa (PAR)

Os investigadores-ação vêem-se a si próprios como 1. co-produtores de conhecimentos com actores sociais que trabalham em prol da justiça social e da capacitação dos cidadãos com base num compromisso partilhado de mudança democrática) 2. A investigação-ação sublinha a ligação entre a compreensão e a mudança/transformação do mundo. 3. Assim, o conhecimento participativo torna-se produto de um processo em que os actores se reúnem para partilhar experiências através de um processo dinâmico de ação, reflexão e investigação colectiva - ao mesmo tempo que produzem novos conhecimentos (Brydon-Miller, 2014)

A investigação-ação pode ser vista como a facilitação de processos experimentais de aprendizagem (seguindo os passos de John Dewey), brilhantemente resumida por Martin Frandsen, da Universidade de Roskilde:



Fonte: Frandsen e Andersen, 2019

Na Universidade de Roskilde, trabalhamos com investigação-ação em lares de idosos com o objetivo de alterar uma espiral negativa de desumanidade crescente nos cuidados aos idosos e de desenvolver alternativas práticas e colectivas visionárias para melhorar as relações sociais humanas, tanto para os residentes como para os empregados. O contexto era um discurso negativo nos meios de comunicação social públicos sobre a negligência nos cuidados a idosos. Escândalos relatados nos meios de comunicação social. Funcionários acusados de incompetência e de práticas de cuidados desumanas.

As experiências genéricas da investigação-ação e das abordagens participativas - em particular a investigação-ação em enfermagem envolvida na facilitação do empowerment dos idosos - podem ser resumidas da seguinte forma

O primeiro passo consiste em "coletivizar" e documentar a frustração e a crítica da situação existente e em facilitar a passagem da desresponsabilização individual e colectiva para a capacitação colectiva/ação colectiva para a mudança.

O segundo passo é articular e desenvolver visões concretas para alternativas - por exemplo, qualidade social no trabalho de assistência aos idosos, para reforçar a voz dos cidadãos idosos na tomada de decisões políticas e administrativas e na gestão.

A terceira etapa consiste em negociar e implementar mudanças concretas num processo contínuo de aprendizagem colectiva e de co-criação nas práticas quotidianas, na estrutura institucional, etc.

Os desafios e dilemas podem consistir em manter o foco na integração das necessidades dos trabalhadores e dos residentes e em dar poder aos residentes, envolvendo-os em todos os projectos participativos. Outro desafio na investigação participativa: pode ser o papel da advocacia junto dos decisores, do público em geral, etc.

### **Bibliografia**

Andersen Andersen, J., & Bilfeldt, A. (2013). Inovação social nos cuidados públicos a idosos: o papel da investigação-ação. Em F. Moulaert, D. MacCallum, A. Mehmood, & A. Hamdouch (Eds.): *The International Handbook on Social Innovation: Collective Action, Social Learning and Transdisciplinary Research*. Edward Elgar Publishing.

Andersen, J., & Siim, B. (2004). *The politics of Inclusion and empowerment - gender, class and citizenship*. Palgrave

Andersen, J. e Bilfeldt, A. (2016), "Action research in nursing homes", *Action Research*, Vol. 14 No. 1, pp. 19-35, DOI: 10.1177/1476750315569082, Sage

Andersen, J. et.al (2021), "How can urban design and architecture support spatial inclusion for nursing home residents?", in Walsh et.al *Social Exclusion in Later Life - Interdisciplinary and Policy Perspectives*

Brydon-Miller, M et.al (2014) *The Sage Encyclopedia of Action Research*, Sage, Londres, Reino Unido.

Brydon-Miller, M., Greenwood, D. e Maguire, P. (2003), "Why action research?", *Action Research*, vol. 1, pp. 9-28.

Brydon-Miller e Ortiz Aragón (2018): *Os 500 chapéus do investigador de ação*.

In Bilfeldt e Andersen et al. *Den ufærdige fremtid - Aktionsforskningens potentialer og udfordringer*. Acesso livre: <https://vbn.aau.dk/da/publications/den-uf%C3%A6rdige-fremtid-aktionsforskningens-potentialer-og-udfordrin>

Frandsen, Martin Severin e Andersen, John (2019): *Pesquisa-ação no ensino de planejamento - experiências de trabalho de projeto orientado a problemas na Universidade de Roskilde*. In, M. & Jørgen Bloch-Poulsen, J. (red.). Acesso livre. Aalborg Universitetsforlag. *Journal of Problem Based Learning in Higher Education*, Edição Especial sobre PBL para Sustentabilidade e Cidades Sustentáveis. DOI: <https://doi.org/10.5278/ojs.jpblhe.v7i1.2656>