

**Unidade curricular:**

Promoção da saúde no idoso

Curricular Unit:

Health promotion in the elderly

**Objetivos da unidade curricular e competências a desenvolver (1000 carateres);**

- Compreender os fundamentos das diferentes teorias sobre o Envelhecimento;
- Compreender as modificações inerentes ao processo de Envelhecimento Fisiológico;
- Identificar alterações decorrentes do processo de envelhecimento em geral;
- Demonstrar conhecimentos sobre a identificação de problemas de saúde à pessoa/ família ou pessoa significativa;
- Revelar conhecimentos na promoção da saúde e reabilitação da pessoa idosa, mobilizando os recursos da comunidade;
- Demonstrar saber comunicar com os vários intervenientes no cuidar da pessoa idosa.

Objectives of the curricular unit and competences to be developed (1000 caracteres)

- Understand the fundamentals of the different theories on aging;
- Understand the inherent modifications of the physiologic aging process;
- Identify changes resulting from the aging process in general;
- Demonstrate knowledge about the identification of health problems of the person / family or significant person;
- Reveal knowledge about health promotion and rehabilitation of the elderly, mobilizing community resources;
- Demonstrate ability to communicate with various caretakers of the elderly.

**Conteúdos programáticos (1000 carateres):**

- Promoção da saúde;
- Promoção de estilos de vida salutogénicos;
- A velhice, o envelhecimento e a idade social nas sociedades modernas;
- Envelhecimento ativo - Intervenções na 3ª idade;
- Acesso aos diferentes serviços de cuidados de saúde para a pessoa idosa;
- Relação de ajuda em gerontologia;
- Modificações das funções cognitivas, físicas e psicológicas da pessoa idosa;
- Principais doenças crónicas relacionadas com o envelhecimento;
- Sinais e sintomas de agravamento de doença crónica;

- Alterações inerentes ao processo de envelhecimento, consequências na satisfação das necessidades humanas básicas;
- Apoio à pessoa idosa para a realização das NHB e AVD.

Syllabus (1000 caracteres)

- Health promotion;
- Promotion of healthy lifestyles;
- Old age, aging and social age in modern societies;
- Active aging - Interventions in the 3rd age.
- Access to different health care services for the elderly person
- Help relationship in Gerontology;
- Cognitive, physical and psychological changes of the elderly;
- Major chronic diseases age-related;
- Signs and symptoms of chronic disease worsening;
- Inherent changes to the aging process, consequences for the satisfaction of basic human needs;
- Support of the elderly person in the achievement of daily activities and basic human needs.

#### Referências bibliográficas (máximo três títulos):

- Berger, L., Mailloux-Poirrer, D. (1995). Pessoas Idosos. Lisboa: Lusodidacta.
- Costa, M. (2003). Cuidar Idosos. Fim de Século Edições Lda: Lisboa.
- Dias, I. (2005). Envelhecimento e violência contra os idosos in Sociologia Vol. XV.
- Fernandes, A.(1997). Velhice e sociedade. Oeiras: Celta. Fernandes, T. (2005), Processos e estratégias de envelhecimento in Sociologia Vol. XV.