VOLUME 8

RIAGE
REVISTA IBERO-AMERICANA DE GERONTOLOGIA

O envolvimento da família na promoção do bem-estar e da qualidade de vida do adulto mais velho institucionalizado

The involvement of the family in promoting the well-being and quality of life of the institutionalized older adult

Beatriz Rocha, Ana Paula Garcia

Corresponding author: biarocha@live.com.pt

Informação do artigo
Recebido: 30/03/2025
Revisto: 27/04/2025
Aceite: 30/06/2025

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International

RESUMO

O envelhecimento populacional é uma realidade crescente em Portugal, evidenciando transformações demográficas e estruturais que impactam profundamente a vida dos adultos mais velhos. Neste contexto, o presente estudo aborda o papel da família na promoção do bem-estar dos adultos mais velhos institucionalizados, destacando a contribuição do Serviço Social na mediação entre famílias e instituições. Este estudo teve como objetivo principal compreender o impacto da presença familiar na qualidade de vida e adaptação dos adultos mais velhos em ERPI. Foram analisados aspetos como a frequência das visitas, o tipo de interações (presenciais ou à distância) e o apoio familiar no quotidiano. Analisou também o papel das instituições na promoção de autonomia e bem-estar da pessoa adulta institucionalizada. A abordagem metodológica adotada foi quantitativa. Os resultados evidenciam que o envolvimento familiar desempenha um papel crucial no combate ao isolamento e na promoção do bem-estar subjetivo, reforçando laços afetivos, identidade e suporte emocional. Conclui-se que o envolvimento ativo da família é essencial para um envelhecimento mais digno. Recomenda-se maior integração entre família e instituições, além de políticas públicas que humanizem o cuidado em contextos institucionais, priorizando não só a saúde física, mas também o bem-estar emocional e social dos idosos.

Palavras-chave: bem-estar; envelhecimento; participação; institucionalização; família.

ABSTRACT

Population aging is a growing reality in Portugal, highlighting demographic and structural changes that deeply impact the lives of older adults. In this context, the present study addresses the role of the family in promoting the well-being of institutionalized older adults, emphasizing the contribution of Social Work in mediating between families and institutions. The main objective of this study was to understand the impact of family presence on the quality of life and adaptation of older adults in long-term care facilities. Aspects such as the frequency of visits, the type of interactions (in-person or remote), and family support in daily life were analyzed. The study also examined the role of institutions in promoting autonomy and well-being of the institutionalized older person. The methodological approach adopted was quantitative. The results show that family involvement plays a crucial role in combating isolation and promoting subjective well-being, strengthening emotional bonds, identity, and emotional support. It is concluded that active family involvement is essential for a more dignified aging process. Greater integration between families and institutions is recommended, along with public policies that humanize care in institutional settings, prioritizing not only physical health but also the emotional and social well-being of older adults.

Keywords: well-being; aging; participation; institutionalization; family.

INRTODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenómeno global que exige atenção especial, sobretudo no que respeita ao bem-estar dos adultos mais velhos. Nos mais diversos casos, os mesmos são inseridos em contextos institucionais, cuja qualidade de vida poderá ser consideravelmente afetada. Neste contexto, a família assume um papel central, não apenas enquanto fonte de apoio emocional e social, mas também como promotora de cuidados, defensora dos direitos da pessoa idosa e elemento facilitador do seu processo de adaptação ao ambiente institucional.

A presença familiar revela-se essencial na oferta de suporte emocional, ajudando a minimizar sentimentos de solidão e de isolamento frequentemente experienciados por adultos mais velhos institucionalizados. A família pode também funcionar como mediadora entre o adulto mais velho e a equipa de profissionais, promovendo uma comunicação mais eficaz, contribuindo para a personalização dos cuidados e para a defesa dos interesses do seu familiar.

A relevância de explorar este tema justifica-se pela centralidade que a família ocupa na vida do adulto mais velho, influenciando o seu comportamento, estado de saúde, qualidade e expectativa de vida (Bódi, 2009). O aumento da procura por Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI) reflete, entre outros fatores, transformações na estrutura familiar, como a redução do número de cuidadores informais, uma maior participação da mulher no mercado de trabalho, aumento da esperança de vida e avanço da medicina (Pimentel, 2012, cit. por Crispim, 2021).

Ao longo deste trabalho, serão explorados conceitos fundamentais relacionados com o envelhecimento, a estrutura familiar

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.393

e o contexto institucional, bem como as interações entre estes domínios. A metodologia adotada assenta numa abordagem quantitativa, recorrendo à aplicação de inquéritos por questionário dirigidos a adultos mais velhos, familiares e elementos da direção técnica das instituições. Esta estratégia visa proporcionar uma perspetiva abrangente e multifacetada da experiência de viver em contexto institucional.

Pretende-se, com esta investigação, trazer ao debate um tema cada vez mais atual e contribuir para o desenvolvimento de práticas e políticas públicas mais eficazes, bem como para a construção de ambientes institucionais que reconheçam e valorizem a família como aliada no cuidado. A promoção de uma abordagem mais humanizada e centrada na pessoa, passa pelo reconhecimento do papel ativo da família na construção de um envelhecimento mais digno, respeitador e pleno — em que se valorize não apenas a saúde física, mas também o bem-estar emocional e social do adulto mais velho. Assim, para dar resposta a esta problemática, foram definidos três objetivos gerais: (i) compreender a importância da família na vida do adulto mais velho institucionalizado; (ii) analisar o papel das instituições na integração e promoção do bem-estar; (iii) conhecer a perceção da população idosa residente em ERPI quanto ao seu bem-estar.

Enquadramento teórico

1.1) Contextualização do envelhecimento em Portugal

O envelhecimento é um fenómeno que atinge todos os seres humanos, sendo este retratado como um processo dinâmico, progressivo e irreversível, sendo associado diretamente a fatores biológicos, psíquicos e sociais (Brito & Litvoc, 2004, cit. por Fechine & Trompier, 2012). A definição de envelhecimento pode também ser compreendida em três dimensões: envelhecimento primário, secundário e terciário. O primário inclui todos os seres humanos, visto ser uma característica genética, que decorre de forma gradual e progressiva no organismo. O secundário envolve doenças que não estão relacionadas com o processo normal de envelhecimento, isto é, variam de lesões cardiovasculares, cerebrais ou até mesmo de algum tipo de cancro. O terciário é marcado por momentos de profundas perdas físicas e cognitivas, provocado pelo acumular dos efeitos do envelhecimento, como também por patologias dependentes da idade (Birren & Schroots, 1996, cit. por Fechine & Trompier, 2012). Por outro lado, o adulto mais velho tende a envelhecer de forma biopsicossocial, denominando uma idade biológica, psicológica e social (Fontaine, 2000, cit. por Azevedo, 2015).

O aumento da longevidade associado à queda da natalidade tem provocado um crescimento expressivo da população com mais de 65 anos. Atualmente, para cada 100 jovens, existem 182 idosos — e as projeções indicam que, até 2050, o número de pessoas com mais de 80 anos continuará a aumentar significativamente. Esse processo de envelhecimento populacional é impulsionado, principalmente, pela redução das taxas de natalidade e pelo aumento da expectativa de vida que, em 2021 atingiu os 81 anos, sendo 83 anos para as mulheres e 78 anos para os homens (PORDATA, 2021).

O envelhecimento populacional gera impactos sociais profundos e impõe

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.393

desafios significativos às sociedades contemporâneas. O crescimento da população idosa está diretamente relacionado à intensificação da urbanização, ao esvaziamento das áreas rurais e ao aumento do risco de isolamento social. Nesse contexto, a globalização e os avanços tecnológicos, embora possam ampliar as possibilidades de comunicação e inclusão, também podem acentuar o sentimento de exclusão entre os adultos mais velhos. Apesar dos esforços empreendidos por políticas públicas, persistem questões críticas como a solidão, a dependência física e mental, e a vulnerabilidade emocional. Esses fatores evidenciam a necessidade urgente de estratégias mais eficazes e integradas, capazes de promover o bem-estar e assegurar a qualidade de vida da população idosa (Cabral et al., 2013).

1.2) Respostas sociais e principais causas de institucionalização

A institucionalização dos adultos mais velhos pode ocorrer por diversos motivos, sendo os principais: isolamento social, ausência de cuidador/rede de apoio, perda de autonomia e problemas de saúde. Muitos são institucionalizados devido à falta de suporte familiar, realidade que pode estar associada à inserção das mulheres no mercado de trabalho ou à ausência de descendentes (Pimentel, 2012, cit. por Crispim, 2021). De acordo com Martins (2016), a institucionalização é frequentemente percebida de forma negativa, sendo associada ao abandono e à perda de autonomia. Ainda assim, embora alguns autores defendam a permanência dos idosos em seu domicílio sempre que possível, com apoio adequado, outros reconhecem que, em determinadas situações, a institucionalização torna-se necessária para assegurar cuidados apropriados (Pimentel, 2001).

Neste sentido, sempre que ocorra uma admissão em contexto institucional, a mesma deve ser feita com base no consentimento livre, expresso e informado, sem qualquer intimidação por parte dos familiares ou das entidades sociais (Pimentel, 2001). Assim sendo, cada instituição deve salvaguardar os direitos dos seus utentes, promovendo o seu bem-estar. Para que isso seja viável, é imprescindível reconhecer o adulto mais velho como um sujeito com preferências, interesses, ideologias, princípios e valores próprios, assegurando-lhe o direito à identidade, à privacidade, à integridade e, sobretudo, à tomada de decisões de forma autónoma. Esse princípio é conhecido como respeito pela autodeterminação da pessoa idosa.

1.3) Conceito de bem-estar

A velhice é caracterizada como um processo individual, contínuo, irreversível e heterogéneo que exige adaptação às mudanças físicas, psicológicas e sociais. O bem-estar dos adultos mais velhos envolve tanto aspetos hedónicos — relacionados a sentimentos prazerosos — quanto eudaimónicos, que dizem respeito ao crescimento psicológico e à realização pessoal (Aldwin & Igarashi, 2015). Diversos fatores influenciam o bem-estar psicológico nessa fase da vida, sendo a solidão um dos mais críticos. A ausência de uma rede de apoio pode comprometer significativamente a saúde mental dos idosos. Em contrapartida, relações interpessoais estáveis contribuem para uma maior satisfação com a vida. O envelhecimento saudável é resultado de hábitos de vida positivos, apoio social consistente e das oportunidades

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.393

oferecidas pela sociedade. A família, muitas vezes como principal fonte de suporte emocional, desempenha um papel fundamental nesse processo, promovendo a adaptação e o acompanhamento permanente do seu familiar. No entanto, também pode ser fonte de conflitos e sentimentos de incapacidade. Por isso, é essencial que a família atue de forma solidária, incentivando a autonomia e contribuindo para o bem-estar integral dos seus adultos mais velhos.

1.4) Conceito de relações familiars

Com o avanço do processo de envelhecimento e das transformações fisiológicas e psicológicas a ele associadas, é comum que o adulto mais velho experimente uma vida social menos ativa e mais restrita, concentrando-se cada vez mais no convívio familiar. Nesse contexto, a família passa a representar um elemento fundamental e indispensável para a manutenção da estabilidade emocional do idoso (Martins, 2016). Segundo Nina & Paiva (2001, cit. por Martins, 2016), a família, enquanto unidade social, possui a capacidade de solucionar ou contribuir para a resolução de problemas biopsicossociais, tanto individuais como coletivos, embora também possa ser uma fonte potencial de conflitos e de doenças. Assim, a família deve ser entendida como uma estrutura dinâmica, cujo desenvolvimento depende da dedicação dos seus membros na realização de diversas funções, tais como adaptação, proteção, participação, crescimento e apoio afetivo.

Nesse sentido, é comum que a família assuma tarefas anteriormente desempenhadas pelo adulto mais velho, o que pode gerar sentimentos de incapacidade ou de perda de autonomia. Ainda assim, a família exerce um papel essencial na promoção da solidariedade e no suporte emocional e prático, contribuindo significativamente para a preservação da autonomia do idoso (Bódi, 2009). Desta forma é fundamental que o ambiente familiar seja tranquilo e acolhedor, favorecendo o bem-estar sico e emocional do adulto mais velho.

METODOLOGIA

Este estudo adota uma abordagem quantitativa, com a aplicação de questionários aplicados a três grupos-alvo: adultos mais velhos institucionalizados, familiares e profissionais, proporcionando uma visão abrangente sobre o impacto do envolvimento familiar na vida dos adultos mais velhos em contextos institucionais. O objetivo foi entender o grau de participação das famílias na vida quotidiana dos adultos mais velhos institucionalizados e entender a perceção desses diferentes grupos em relação ao seu impacto no bem-estar e adaptação do adulto mais velho.

A amostra foi composta por 39 participantes, distribuídos por três instituições com características diversas: urbanas e rurais, com e sem fins lucrativos. A seleção dos participantes seguiu os seguintes critérios: foram selecionados 18 adultos mais velhos com 65 anos ou mais, com capacidade mental para responder ao inquérito e dispostos a participar voluntariamente. Os participantes tinham de estar institucionalizados há mais de seis meses. Foram escolhidos 11 familiares, sendo a pessoa de referência para cada adulto mais velho selecionado, com base no critério de proximidade e relevância na vida do mesmo. Também foram incluídos três membros da direção técnica das instituições, com o objetivo

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.393

de obter uma visão institucional sobre o envolvimento da família. A seleção foi realizada pela animadora sociocultural de cada instituição, com base nos critérios estabelecidos e nas condições de disponibilidade e consentimento dos participantes.

A técnica de recolha de dados consistiu na aplicação de um inquérito por questionário, estruturado com questões fechadas e de resposta escalonada. O questionário abordou temas como o grau de envolvimento das famílias nas atividades diárias da instituição, o nível de abertura das instituições para a participação familiar, a presença familiar no processo de tomada de decisões e a participação em reuniões familiares. O processo de recolha de dados foi realizado ao longo de cerca de duas horas em cada instituição, permitindo interações e conversas com os participantes durante o processo.

Os procedimentos do estudo começaram com a seleção das três instituições participantes, seguida pela submissão de pedidos formais de autorização para a aplicação dos questionários, realizada em julho. Após a aprovação, foram apresentados os objetivos do estudo e os procedimentos de recolha de dados a todos os participantes.

Durante a recolha de dados, o estudo utilizou guião estruturado para entrevistas direcionadas aos três grupos-alvo, realizando-se entrevistas presenciais em julho e entrevistas online de julho a novembro. Os dados obtidos através dos questionários foram analisados com análise estatística descritiva, utilizando programas como SPSS ou Excel.

Todos os participantes foram informados sobre os objetivos do estudo e assinaram o consentimento informado. Foram seguidos rigorosos princípios éticos ao longo do estudo, garantindo o respeito pelos direitos dos participantes, a confidencialidade das informações e a preservação do anonimato. O consentimento informado foi obtido em todas as fases da investigação, assegurando transparência e conformidade com as normas éticas estabelecidas.

RESULTADOS

Caracterização e perspetivas dos adultos mais velhos

A caracterização da amostra deste estudo incluiu uma análise de género, na qual participaram 18 indivíduos, distribuídos entre os géneros feminino e masculino. Em relação aos adultos mais velhos, a análise revelou que 55,6% dos participantes eram do género feminino (n = 10) e 44,4% eram do género masculino (n = 8). Quanto à variável "idade", a média foi de 85,6 anos.

Em relação ao estado civil, 44,4% dos participantes (n = 8) indicaram ser viúvos, 22,2% (n = 4) eram casados/as, 22,2% (n = 4) eram divorciados/as e 11,1% (n = 2) eram solteiros.

No que diz respeito à escolaridade, a maioria dos participantes (50%, n = 9) possuía ensino básico, enquanto 33,3% (n = 6) tinham ensino superior, e 16,7% (n = 3) tinham ensino médio.

A análise do tempo de permanência nas instituições revelou que 27,8% (n = 5) dos participantes estavam na instituição há 1 ano, 16,7% (n = 3) estavam há 3 anos, e 11,1% (n = 2) estavam há 2 ou 4 anos. Apenas 5,6% (n = 1) tinham uma permanência de 15 anos, e outro 5,6% indicou 6 meses ou 5 anos de permanência.

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.393

Referente à frequência com que os participantes recebem visitas, a maioria dos participantes (44,4%, n = 8) recebeu visitas uma vez por semana, 38,9% (n = 7) uma vez por mês, 11,1% (n = 2) duas vezes por semana, e 5,6% (n = 1) todos os dias.

Sobre a influência dos horários da instituição nas visitas, 94,4% (n = 17) afirmaram que os horários não influenciam, enquanto 5,6% (n = 1) indicaram algum impacto. Referente às implicações dos horários da instituição na regularidade das visitas, 94,4% (n = 17) dos participantes afirmaram que não sentem que os horários possam ter implicações nas visitas, enquanto 5,6% (n = 1) da amostra relatou que os horários podem ter alguma implicação. Quando questionados sobre a adaptação inicial, 66,7% (n = 12) dos participantes consideraram a adaptação fácil, 22,2% (n = 4) percecionaram-na como difícil, e 11,1% (n = 2) mostraram-se indiferentes.

Em relação às atividades socioculturais, 66,7% (n = 12) indicaram que estas correspondem aos seus interesses pessoais, enquanto 33,3% (n = 6) não.

A maioria dos participantes (55,6%, n = 10) manteve as suas rotinas diárias desde que ingressaram na ERPI.

Quanto à questão de sair da instituição com familiares, 44,4% (n = 8) dos participantes afirmaram que não costumam sair. Em contrapartida, 38,9% (n = 7) indicaram que saem com familiares, e 16,7% (n = 3) referiram que às vezes costumam sair com os familiares.

No que diz respeito à autonomia para personalizar o quarto, 94,4% (n = 17) dos participantes relataram que possuem essa liberdade, enquanto 5,6% (n = 1) não a sentem.

Em relação à qualidade de vida, 66,7% (n = 12) disseram estar satisfeitos, e 22,2% (n = 4) muito satisfeitos.

Caracterização e perspetivas das Famílias

Realizou-se uma análise para caracterizar os familiares, composta por 11 participantes, distribuídos entre os géneros feminino e masculino.

Dos participantes, 54,5% pertencem ao género feminino (n = 6), enquanto 45,5% são do género masculino (n = 5).

A análise dos dados revela que a grande maioria, ou seja, 81,8% dos participantes (n = 9), se identificam como filhos/as. As categorias "genro" e "outro" representam 9,1% (n = 1) cada.

É possível observar que 45,5% da amostra (n = 5) afirmam que as visitas duram mais de 1 hora. De seguida, 27,3% (n = 3) indicam visitas com duração de 1 hora, enquanto 18,2% (n = 2) relatam visitas com menos de 1 hora. Contudo, 9,1% (n = 1) não respondeu.

No que diz respeito aos horários influenciarem as visitas, 90,9% da amostra (n = 10) afirmaram que os horários da instituição não influenciam. Apenas 9,1% (n = 1) relatam que os horários têm impacto.

Quanto à periodicidade com que costumam sair da instituição, a maior parte dos participantes, 63,6% (n = 7), indicou que saem com o familiar uma vez por mês. As opções “uma vez por semana”, “duas vezes por semana” e “outra” foram referidas por 9,1% (n = 1) cada. Um dos participantes (9,1%) não respondeu.

Relativamente ao meio de comunicação que é utilizado com maior frequência, 63,6% dos participantes (n = 7) afirmam preferência pela comunicação presencial,

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.393

27,3% (n = 3) utilizam o telemóvel, e 9,1% (n = 1) indicaram outra forma de contactos. Sobre a preservação de tradições e memórias, 54,5% (n = 6) referiram manter essas práticas através de iniciativas como: vídeo chamadas; passar o Natal e aniversários com a família; decorar o quarto com fotografias; fotografias e vídeos; participação nas festas da família; idas ao teatro; visitas ao local onde nasceram. Enquanto 36,4% (n = 4) indicam não manter as tradições. Porém, 9,1% (n = 1) não respondeu.

Caracterização e perspetivas das instituições

Relativamente à localização territorial das três instituições selecionadas, observa-se uma distribuição homogénea, indicando que o estudo foi concebido com uma amostra equilibrada em termos de localização geográfica. Assim, é possível verificar a presença de três localidades distintas: Lisboa, São João da Talha e Torres Vedras, com 33,3% (n = 1) para cada uma das localidades.

Relativamente à variável "idade", observa-se uma distribuição em três faixas etárias específicas: 42, 46 e 52 anos, com 33,3% (n = 1) para cada uma.

Observa-se que 66,6% (n = 2) dos participantes possuem o grau de mestrado, enquanto 33,3% (n = 1) têm o grau de licenciatura.

Em relação à capacidade da instituição, 33,3% (n = 1) dos participantes afirmam que a instituição tem capacidade para 30 utentes, enquanto 33,3% (n = 1) indicam que a capacidade é de 58 utentes. Por fim, 33,3% (n = 1) mencionam que a instituição pode acomodar até 69 utentes.

O principal motivo para a inclusão dos adultos mais velhos em ERPI foi identificado como “dependência nas atividades de vida diária”, com 66,6% da amostra (n = 2). Por outro lado, 33,3% (n = 1) indicam “falta de rede de apoio familiar” como principal motivo.

Relativamente às necessidades mais comuns entre os utentes, verifica-se que 100% dos participantes (n = 3) indicam “apoio nas atividades de vida diária” como a principal necessidade.

É possível verificar que 66,6% da amostra (n = 2) permite a escolha de um quarto partilhado, enquanto 33,3% (n = 1) não permite essa escolha.

No que concerne ao facto de ser dada a possibilidade aos utentes de terem autonomia para mudar a disposição do quarto, ou colocar objetos sentimentais, verifica-se que 100% dos participantes (n = 3) responderam afirmativamente, indicando que essa possibilidade é dada.

DISCUSSÃO

O estudo em questão evidenciou pontos cruciais sobre o bem-estar e a adaptação dos adultos mais velhos em ERPI. A amostra da pesquisa apresentou uma predominância do género feminino (55,6%), o que está em consonância com estudos demográficos que ndicam que as mulheres tendem a viver mais do que os homens, especialmente nas faixas etárias mais avançadas (Pordata, 2021). Este dado também reflete o padrão da sociedade, onde a viuvez e a longevidade feminina predominam entre a população idosa, conforme observado por Azevedo (2015). A situação conjugal foi outro aspecto relevante. A preponderância de viúvos/as entre os participantes (44,4%) reflete o aumento da viuvez nas populações mais velhas (Azevedo, 2015). De

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.393

acordo com Paúl (2005) e Aldwin & Igarashi (2015), adultos mais velhos casados tendem a apresentar um envelhecimento mais saudável, graças ao apoio emocional e físico proporcionado pelo cônjuge. Por outro lado, a viuvez pode gerar maior dependência de apoio externo, o que está em linha com a necessidade de cuidados que este estudo identificou.

A frequência de visitas (94,4% dos participantes relatando visitas regulares) foi destacada como um fator positivo, promovendo a qualidade de vida dos adultos mais velhos e evitando o isolamento social, conforme apontado por Cachioni et al. (2017). Esse dado corrobora a importância das redes de apoio consistentes, como defendido por Aldwin & Igarashi (2015), que sugerem que o suporte social ativo é fundamental para o bem-estar subjetivo.

Quanto à adaptação à instituição, a maioria dos participantes relatou uma adaptação positiva, com destaque para os sentimentos de tristeza mencionados por 22,2% dos participantes. Estes dados indicam que, apesar da adaptação ser positiva para a maioria, o processo de institucionalização pode ser vivido como uma perda significativa para alguns, principalmente quando não é uma escolha. Estudos como o de Crispim (2021) reforçam essa interpretação, destacando as dificuldades emocionais que podem acompanhar a transição para instituições de cuidados de longa duração.

Em relação às atividades de animação sociocultural, 66,7% dos participantes indicaram que as atividades estão alinhadas aos seus interesses, indicando que as práticas promovidas pela instituição favorecem a participação e o bem-estar. Este dado é consistente com a literatura que sugere que o envolvimento em atividades significativas é essencial para o envelhecimento bem-sucedido, como defendido por Aldwin & Igarashi (2015).

A manutenção de rotinas diárias foi destacada por 55,6% dos participantes como um fator positivo para a adaptação e o bem-estar. A literatura também corrobora a importância da estabilidade e da rotina para promover o envelhecimento saudável, como observado por Paúl (2005) e Aldwin & Igarashi (2015). Uma das principais limitações foi a reduzida participação dos familiares, o que pode ter comprometido a coleta de dados e a compreensão completa da interação entre adultos mais velhos e suas famílias. A falta de disponibilidade dos familiares influenciou a dinâmica da pesquisa, dificultando uma análise mais aprofundada do impacto do ambiente institucional no bem-estar dos residentes. Para aprofundar a compreensão sobre a influência das relações familiares no bem-estar dos adultos mais velhos institucionalizados, futuras investigações devem incluir um número maior de participantes, abrangendo não apenas os adultos mais velhos e seus familiares, mas também os profissionais das instituições. Essa ampliação permitirá uma análise mais detalhada das dinâmicas familiares e do impacto do ambiente institucional na qualidade de vida dos residentes. Outro aspeto relevante para futuras pesquisas é a realização de estudos de longo prazo, que possibilitem avaliar as mudanças na relação entre a família e a instituição ao longo do tempo. Com essa perspetiva, será possível compreender melhor a evolução dos vínculos familiares, os desafios enfrentados e as estratégias que podem ser adotadas para fortalecer essas

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.393

relações, garantindo um envelhecimento mais digno, humanizado e satisfatório para os idosos institucionalizados.

Por fim, a pesquisa reforça a necessidade de políticas públicas que promovam um envelhecimento mais digno, integrando a família como um parceiro essencial no cuidado institucional e na promoção do bem-estar emocional dos adultos mais velhos.

CONCLUSÃO

A conclusão do estudo enfatiza a importância da família no bem-estar emocional e social dos adultos mais velhos institucionalizados. Os resultados reiteram o papel essencial das relações familiares no bem-estar dos adultos mais velhos institucionalizados, enfatizando que a presença e o envolvimento da família são determinantes para a promoção de saúde emocional, satisfação com a vida e o sentimento de pertencimento. Este estudo sublinha a necessidade de incluir as famílias como aliadas fundamentais no cuidado institucional, favorecendo um envelhecimento mais digno e humanizado. A valorização das famílias como parceiros não só torna o cuidado prestado mais humano como também estimula uma abordagem centrada no adulto mais velho, que respeita as suas preferências, histórias de vida e necessidades emocionais. Desta forma, ao valorizar a importância das relações familiares no âmbito da institucionalização, este estudo não só enfatiza a relevância dessas dinâmicas, mas também propõe alternativas para a implementação de práticas que promovam um envelhecimento mais humano e dignificante. O fortalecimento desses vínculos pode, em última instância, alterar a experiência da vida institucional, promovendo um ambiente que favoreça não apenas o cuidado físico, mas também o bem-estar emocional e social dos adultos mais velhos.

Contudo, a investigação evidenciou que um envolvimento ativo dos familiares pode modificar a experiência dentro da instituição num processo mais acolhedor e humanizado. Os familiares encontram desafios em conciliar a sua disponibilidade com outras responsabilidades, o que destaca a importância de apoio institucional para promover essa participação. Este estudo vem desta forma reforçar a importância de se criarem políticas públicas que não apenas evitem a institucionalização indesejada, mas que, quando necessária, garantam um ambiente institucional que valorize a presença da família, promova a inclusão social e respeite o direito ao envelhecimento com dignidade. É preciso pensar em respostas sociais que acompanhem a complexidade das trajetórias de vida e que respondam, com sensibilidade e inovação, às necessidades de uma população que envelhece de forma cada vez mais diversa.

REFERÊNCIAS

Aldwin, C. M., & Igarashi, H. (2015). Successful, optimal, and resilient aging: A psychosocial perspective. In P. A. Lichtenberg, B. T. Mast, B. D. Carpenter, & J. Loebach Wetherell (Eds.), *APA handbook of clinical geropsychology, Vol. 1: History and status of the field and perspectives on aging* (pp. 331–359). American Psychological Association. [PDF offline].

Araújo, L., Ribeiro, O., & Paúl, C. (2017). Hedonic and eudaimonic well-being in old age through positive psychology studies: A

scoping review. *Anales de Psicología, 33*(3), 568–577. https://www.redalyc.org/pdf/167/16752019014.pdf

Azevedo, M. (2015). *O envelhecimento ativo e a qualidade de vida: Uma revisão integrativa* [Dissertação de mestrado, Escola Superior de Enfermagem do Porto]. Repositório Comum. http://hdl.handle.net/10400.26/10776

Bódi, D. C. (2009). Role of the family and of the social services in elderly persons' life. *Bulletin of the Transilvania University of Braşov, 2*(51), 138–144.

Cabral, M. V., Ferreira, P. M., Silva, P. A., Jerónimo, P., & Marques, T. (2013). *Processos de envelhecimento em Portugal: Usos do tempo, redes sociais e condições de vida.* Fundação Francisco Manuel dos Santos.

Cachioni, M., Delfino, L. L., Yassuda, M. S., Basttistoni, S. S. T., De Melo, R. C., & Domingues, M. (2017). Subjective and psychological well-being among elderly participants of a University of the Third Age. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, 20*(3), 340–351. https://www.researchgate.net/publication/318553311_Subjective_and_psychological_well-being_among_elderly_participants_of_a_University_of_the_Third_Age

Crispim, R. (2021). Institucionalização na velhice: Uma revisão sistemática da literatura sobre preditores em contexto de Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI). *Methaodos. Revista de Ciencias Sociales, 9*(2), 258–271.

Fechine, B. R. A., & Trompieri, N. (2012). O processo de envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. *InterScience Place, 1*(20), 108–109. https://www.fonovim.com.br/arquivos/534ca4b0b3855f1a4003d09b77ee4138-Modificacoes-fisiologicas-normais-no-sistema-nervoso-do-idoso.pdf

Moreira, M. J. G. (2020). *Como envelhecem os portugueses: Envelhecimento, saúde, idadismo.*https://repositorio.ipcb.pt/btstream/10400.11/7409/1/2020_como-envelhecem-os-portugueses-envelhecimento-saude-idadismo-pdf.pdf

Martins, R. M. L. (2016). Envelhecimento e políticas sociais. *Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health, (32)*, 126–140.

Paúl, M. C. (1992). Satisfação de vida em idosos. *Psychologica, 8*, 61–80.

Paúl, C. (2005). *Envelhecimento ativo e redes de suporte social*. Faculdade de Letras. https://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/3732.pdf

Paúl, C. (2017). Envelhecimento ativo e redes de suporte social. *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, 15.*

Pimentel, L. (2001). *O lugar do idoso na família: Contextos e trajetórias.* Quarteto.

PORDATA. (2021). Esperança de vida à nascença: Total e por sexo. https://www.pordata.pt/portugal/esperanca+de+vida+a+nascenca+total+e+por+sexo+(base+trienio+a+partir+de+2001)-418