

NOTA DE IMPRENSA

"Um dedo de conversa" para combater a solidão dos mais velhos **Estudantes do IPS desenvolvem projeto de apoio a idosos em isolamento social**

Setúbal, 07 de maio de 2020 - O Instituto Politécnico de Setúbal (IPS) vai avançar com um projeto que pretende prestar apoio técnico e emocional, por via telefónica, a idosos em situação de isolamento social devido ao contexto de crise sanitária. O projeto, denominado **idoSOS - Um dedo de conversa**, será conduzido, já a partir da próxima semana, por **estudantes finalistas das licenciaturas em Fisioterapia e Animação e Intervenção Sociocultural**, que assim terão também oportunidade de realizar os estágios previstos no seu percurso de aprendizagem, entretanto também alvo de adaptações devido à pandemia.

Os beneficiários são cerca de **20 utentes da Associação de Solidariedade Social da Freguesia de Gâmbia, Pontes e Alto da Guerra**, concelho de Setúbal, com idades entre os 64 e os 89 anos, que entretanto ficaram privados da valência de Centro de Dia e do habitual convívio com os outros utentes, encontrando-se, muitos deles, completamente sozinhos em casa, ainda que continuando a beneficiar de apoio domiciliário, no que toca a higiene e alimentação.

Promover a qualidade de vida através do combate à sensação de isolamento, mantendo a mobilidade e atenuando a ansiedade gerada pelo contexto de pandemia, é o que pretende este projeto, que será desenvolvido através de contactos telefónicos semanais (dois por cada utente) ou através das redes sociais, quando tal seja possível. Aos estudantes de Fisioterapia caberá a tarefa de **prevenir o agravamento de situações crónicas**, nomeadamente através da proposta e acompanhamento de atividades que permitam aumentar o gasto energético e diminuir o tempo em comportamento sedentário, contribuindo assim para o estabelecimento de rotinas ativas e saudáveis.

Quanto aos estudantes de Animação e Intervenção Sociocultural, o seu papel será o de encontrar estratégias que permitam **reduzir o impacto emocional do isolamento social** nestes idosos, com atividades que permitam a partilha e a reflexão sobre a atualidade, inclusivamente sobre a COVID-19, e sobre as suas experiências, hobbies e histórias de vida, entre outras temáticas de interesse mútuo. Em última instância, o que se pretende é proporcionar momentos agradáveis e promover sentimentos positivos como a confiança, a segurança, a auto-valorização e a tranquilidade.

Numa primeira fase, os idosos envolvidos receberão pastas personalizadas com fotos e outras informações relevantes sobre os estudantes com quem passarão a interagir, estando também previsto um **inquérito inicial para diagnóstico das rotinas existentes**, no sentido de se avaliar o gasto energético diário. Depois, numa base regular, ser-lhes-á entregue documentação sobre as

atividades físicas propostas, jogos e outras ferramentas que permitam enfrentar, de forma saudável e tranquila, o contexto de necessário isolamento.

--

Carla Ferreira

Gabinete de Imagem e Comunicação | Imprensa



Instituto Politécnico de Setúbal
Campus do IPS, Estefanilha
2910-761 Setúbal, Portugal
Tel. +351 265 710 814 | E. imprensa@ips.pt
www.ips.pt

Siga-nos nas redes sociais:



--

Sobre o IPS:

Há 40 anos a fazer um caminho consolidado no ensino superior público, o Instituto Politécnico de Setúbal (IPS) integra cinco Escolas Superiores – Escola Superior de Tecnologia de Setúbal, Escola Superior de Educação, Escola Superior de Ciências Empresariais, Escola Superior de Saúde (campus de Setúbal) e Escola Superior de Tecnologia do Barreiro (campus do Barreiro). Atualmente dispõe de uma vasta oferta formativa, entre cursos técnicos superiores profissionais, licenciaturas, pós-graduações e mestrados, que abarca importantes áreas do conhecimento: engenharias, tecnologias, ciências sociais, educação, desporto, ciências empresariais e saúde. A forte componente prática do ensino, bem como a formação em contexto de trabalho e o estímulo de competências nas áreas da inovação e do empreendedorismo, são traços distintivos do seu ADN. É considerada uma referência não só nas metodologias pedagógicas adotadas, com foco principal no estudante, como também na estreita ligação que mantém com as empresas e organizações da região. Destas duas grandes apostas resulta o seu desempenho no que toca à empregabilidade, com a segunda taxa mais elevada de todo o ensino politécnico (www.ips.pt).