

Recomendação

Criação de um programa de envelhecimento ativo em Loures

Devido ao aumento da esperança média de vida e às baixas taxas de natalidade verificadas nas últimas décadas, Portugal é um país bastante envelhecido. Em 2019, 22 por cento da população tinha mais de 65 anos, e 7 por cento mais de 80 anos.

Mais de metade dos idosos vivem sozinhos ou na companhia de pessoas da mesma faixa etária, vivendo principalmente no meio rural e suburbano (ainda que com uma tendência de aumento no meio urbano).

O número de seniores que vive em instituições é ainda muito reduzido devendo-se, por um lado, à insuficiência de instituições e também aos elevados custos praticados (até mesmo por instituições subsidiadas pelo Estado).

O envelhecimento da população é inevitável, tratando-se de um importante desafio em vários setores da atividade, como sejam o mercado de trabalho, a proteção social ou os cuidados de longa duração.

A OMS através do conceito de “envelhecimento ativo” reconhece que para além da idade e da prestação de cuidados de saúde, existem outros fatores (familiares, ambientais, climáticos, de desenvolvimento, sociais, de conflito) que influenciam e determinam a forma como as populações envelhecem.

A situação epidemiológica da COVID-19 teve importantes consequências económicas, sociais e psicológicas para a generalidade da população. Uma das faixas etárias mais afetadas foi a população idosa, em que se verificou uma redução do acesso aos cuidados de saúde, diminuição da socialização, aumento do isolamento, deterioração de hábitos de vida, conduzindo a um desenvolvimento ou agravamento de sintomatologia ansiosa e depressiva.

Por essa via, a COVID-19 afetou negativamente a saúde física e mental da população idosa.



Assembleia de Freguesia de Loures

Por essa via, e para tentar recuperar dos efeitos negativos da COVID-19, torna-se ainda mais urgente investir na ocupação dos tempos livres dos seniores em atividades de ginástica mental, em paralelo com o trabalho de mobilidade que permitam um aumento do bem-estar no geral e um envelhecimento de qualidade

A generalidade das coletividades da freguesia de Loures dispõe de espaços para a prática de atividades físicas e dispõem de capacidade produtiva por utilizar no período identificado como horário laboral que poderiam ser alocadas a atividades relacionadas com o envelhecimento ativo.

Por essa via, a Assembleia de Freguesia reunida no dia 17 de junho de 2022, recomenda ao executivo da Junta de Freguesia de Loures que:

1 - Avalie as condições com vista à elaboração de um programa para incentivo ao bem-estar na terceira idade, em estreita articulação com as entidades e organizações locais, nomeadamente o movimento associativo.

A presente proposta, a ser aprovada, deve ser remetida para:

- Assembleia Municipal de Loures
- Câmara Municipal de Loures
- ACES Loures/Odivelas

O eleito do Bloco de Esquerda na Assembleia de Freguesia de Loures

Loures, 17 de junho de 2022

João André Ferreira Alcobia