

### 9.2.7. CONCLUSÃO DO ESTUDO 2

A concepção da população docente inquirida em relação à prática de actividades físicas, às atitudes relacionais com os senescentes e a sua formação no domínio da população sénior completou a compreensão do papel desta actividade para os indivíduos seniores. Permitiu-nos concluir que um número significativo de docentes não se sente preparado para trabalhar com este escalão etário devido à falta de formação nesta área.

Em relação a este estudo podemos referir que:

- as faixas etárias predominantes dos profissionais inquiridos são as de 46 a 50 anos e 26 a 30 anos;
- foram inquiridos 107 docentes do sexo masculino;
- foram inquiridos maioritariamente profissionais com menor tempo de serviço (até 5 anos ou entre 6 a 10 anos de serviço);
- a grande maioria não possui qualificações adequadas à respectiva intervenção junto dos senescentes (134 inquiridos);
- a maioria dos profissionais (113 inquiridos) nunca trabalhou com a população idosa;
- a maioria dos profissionais ocupava 2 de horas semanais de trabalho com a população idosa;
- dos inquiridos, 53 docentes trabalham actualmente com a população sénior;
- o trabalho com a população idosa era maioritariamente realizado na piscina, embora outros locais adequados à prática de actividades físicas (como é o caso do ginásio) ou equipamentos sociais com valências de apoio à terceira idade (lar e centro de dia);

- quando questionados sobre a sua disponibilidade para trabalhar junto da população idosa, larga maioria de profissionais referiu estar disponível (122 casos);
- os profissionais salientam ainda que essa falta de preparação resulta de vários factores, tais como pouca formação, falta de actualização de conhecimentos, características dos senescentes, falta de tempo para obter formação, falta de experiência e motivação ou falta de interesse pela área;
- deste modo, quando questionados sobre se a explicação dos exercícios ou conceitos deveria ser feita de forma clara aos senescentes, a grande maioria (73 %) concordou muitíssimo com essa necessidade;
- a maioria dos inquiridos (116 profissionais) não concorda com a frase “A prática de actividades físicas não é uma forma de ocupação de tempos livres”;
- 119 profissionais concordam muito, havendo 66 deles que concordam muitíssimo que a opinião do senescente deve ser considerada na prática de actividades físicas;
- quase a totalidade dos profissionais refuta a ideia, na medida em que 97 % não concordam que a boa disposição e humor na prática de actividades físicas não facilita a socialização e a integração dos senescentes;
- uma ampla maioria de profissionais concordar pouco (89 indivíduos) ou não concordar (86 indivíduos) com a ideia de não estarem suficientemente preparados para ajudar emocionalmente o senescente e a sua família;
- cerca de 80 % dos profissionais inquiridos não tem dificuldades em falar sobre os estilos de vida dos senescentes;
- 134 profissionais concordam muitíssimo e 64 concordam muito com o facto dos profissionais deverem procurar compreender o estado emocional do senescente;

- a maioria dos profissionais concorda muitíssimo (61%) ou concorda muito (34,5%) com o facto que não praticar actividades de ocupação de tempos livres interferir negativamente na qualidade de vida do senescente;
- 175 profissionais não concordam com o facto de não utilizar linguagem acessível para o senescente não ser importante;
- 106 inquiridos concordam muitíssimo e 91 concordam muito quando questionados sobre a importância de dar a atenção necessária ao senescente;
- a larga maioria dos profissionais (99 %) salienta a importância de partilhar experiências e sentimentos com outros colegas que já tenham trabalhado com senescentes;
- 93 % dos profissionais não concorda a ideia de que “Promover um clima de confiança no diálogo com o senescente não é importante”;
- metade dos profissionais inquiridos concorda muito com o facto da componente afectiva ser considerada tão importante como a técnica, havendo também 41 % que concordam muito com a respectiva ideia;
- apesar da afectividade que possa ser estabelecida entre o profissional e o senescente, 194 inquiridos concordam muitíssimo ou muito com o facto da intimidade do senescente dever ser preservada;
- 49 % dos profissionais não concordam quando referimos que a prática de actividades físicas não depende do formador;
- 163 indivíduos do total da amostra concordam muitíssimo e 36 concordam muito, quando referimos que os senescentes devem ser respeitados;
- 95 % inquiridos que não concordam com a ideia vantajosa de não transmitir aos senescentes a importância da prática de actividades físicas para a promoção da sua saúde;

- quase a totalidade dos inquiridos (199) estão em concordância quanto ao facto das actividades e conceitos transmitidos aos senescentes deverem ser os mais adequados tendo em conta o seu bem-estar;
- sobre a importância de prestar atenção aos senescentes quando falam dos seus problemas 99 % dos profissionais inquiridos concorda muito com essa questão;
- 112 dos profissionais concordam muitíssimo sobre a promoção da autonomia do senescente;
- 88 % dos inquiridos concorda muitíssimo ou muito com o facto de não dever ocorrer prática de actividades físicas sem os senescentes serem avaliados;
- 138 inquiridos concordam muito e 54 concordam muitíssimo sobre a tomada de decisões por parte do senescente sem a influência de terceiros;
- a maioria dos inquiridos não é considerada que não deve ser estabelecida uma relação além da profissional com os senescentes;
- 121 inquiridos concordam muitíssimo com facto de se respeitar o senescente como pessoa humana e ser único;
- 57,5 % dos profissionais não concorda com a ideia de as actividades físicas que não se baseiam em relações de ajuda interpessoal;
- 99 % concordam muitíssimo (120 indivíduos) ou concordam muito (78 indivíduos) quando mencionamos que o respeito pelos senescentes é base fundamental para estabelecer uma boa relação;
- cerca de 99 % refere a importância dos profissionais terem conhecimentos do estado de saúde dos senescentes, no sentido de melhor adequar as actividades físicas ao senescente;
- a expressão das expectativas por parte do senescente é tida como importante para 173 profissionais,

- 87 % dos profissionais não concorda e 11,5 % concordam pouco quando referimos que não é importante ajudar o senescente a exprimir os seus problemas e a procura motivá-lo para a procura de soluções;
- 199 profissionais concordaram muitíssimo (59,5 %) e concordaram muito (40 %) com a afirmação “As experiências dos senescentes devem ser valorizadas”.

Estas conclusões vieram mais uma vez reforçar a ideia da importância de conhecer o processo de envelhecimento, de conhecer as atitudes relacionais dos profissionais quanto à população e de identificar as necessidades formativas deste grupo profissional. Através desta compreensão podemos actuar desenvolvendo estratégias que promovam na população sénior um estilo de vida mais autónomo e com melhor qualidade. Estas estratégias terão como objectivo valorizar o âmbito afectivo, o empenho e o tempo disponível para os indivíduos seniores, sem esquecer o respeito de que são merecedores. Através da promoção do bem-estar contribuimos para a reafirmação da identidade e do desenvolvimento do significado, do júbilo e da justificação de viver da população senescente.