

3553 - Saúde mental na 3.^a idade

Ricardo Alves



INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL
CENTRO DE EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL DO PORTO

Planeamento UFCD - 3553 Online



MINISTÉRIO DO TRABALHO,
SOLIDARIEDADE E SEGURANÇA
SOCIAL



PORTUGAL
2020



Duração 3 horas: 2 horas
síncronas e 1 horas
assíncronas

**Objetivos de
aprendizagem do
módulo**

Os formandos devem capazes de saber:

- Descrever a velhice do ponto de vista biológico.
- Definir e distinguir entre senescência e envelhecimento patológico.

M0: Biologia do Envelhecimento.

Conteúdos temáticos

- Conceitos Básicos: Desenvolvimento; Maturidade; Envelhecimento; Involução; Deterioração; Senescência; Senilidade.
- Tipos de Envelhecimento: Envelhecimento fisiológico Vs. Envelhecimento patológico.
- Envelhecimento e adaptação biológica: Tecidos, Células intermitóticas, Células pós-mitóticas, Moléculas.
- Causas e teorias do envelhecimento: Teorias do desgaste; Teorias da programação.

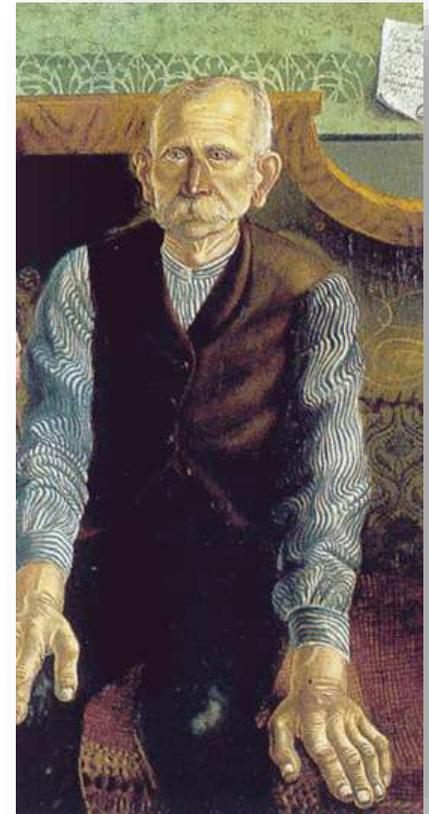
Avaliação

Síncrona:

- Participação Oral nas Temáticas Apresentadas – 40%.
- Visualização de um Vídeo (Impacto Biológico no Envelhecimento): Análise e Discussão – 40%.

Assíncrona:

- Participação no fórum (Teorias do Envelhecimento Vs. Teorias da Programação) – 20%.



Duração 4 horas: 2 horas
síncronas e 2 horas
assíncronas

**Objetivos de
aprendizagem do
módulo**

M1: A pessoa idosa e a doença.

Conteúdos temáticos

- O idoso e a doença.
- Causas de morte em idosos.
- Vida ativa e invalidez.
- O paradoxo da saúde na idade avançada.
- O idoso e a doença: Comportamentos frequentes.
- O idoso e a doença: Sentimentos e atitudes dos profissionais de saúde.
- O idoso e a doença: Atitudes da família.

Avaliação

Síncrona:

- Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 40%.

Assíncrona:

- Trabalho de Pesquisa e Dissertação sobre: Os fatores proteção e precipitação do contexto social na qualidade de vida do idoso. - 60%.

Os formandos devem capazes de saber:

- Descrever o impacto da doença na qualidade de vida no idoso.
- Definir e distinguir as características do idoso ativo Vs. invalido.
- Compreender os fatores de proteção e precipitação do contexto social.
- Identificar os comportamentos funcionais e disfuncionais do idoso perante a situação de doença.



Duração 4 horas: 2 horas
síncronas e 2 horas
assíncronas

**Objetivos de
aprendizagem do
módulo**

Os formandos devem capazes de saber:

- Descrever os riscos para a saúde mental.
- Compreender o impacto dos “life events” na saúde mental do idoso.
- Identificar os fatores de vulnerabilidade.

M2: Envelhecimento e saúde mental.

Conteúdos temáticos

- Pobreza e vulnerabilidade à doença.
- Consequências da falta de mobilidade.
- Saúde e bem-estar: Homens e Mulheres.
- Riscos para a saúde mental.
- Impacto da reforma.
- Viuvez na idade avançada.
- Solidão no idoso.
- Manutenção da identidade e autoestima.

Avaliação

Síncrona:

- Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 20%.

Assíncrona:

- Participação no fórum (Brainstorming sobre o Impacto da Reforma.) – 40%.
- Participação no fórum (Entrega de um texto e Discussão sobre as consequências do Isolamento na saúde mental do Idoso – 40%.



Duração 4 horas: 3 horas
síncronas e 1 hora
assíncronas

**Objetivos de
aprendizagem do
módulo**

Os formandos devem capazes de saber:

- Descrever os Estádios da Demência.
- Explicar e distinguir a Demência Vs. Défice Cognitivo Ligeiro Vs. Senescência.
- Compreender o impacto da intervenção neurocognitiva na demência.

M3: Demências e défices neuro-cognitivos.

Conteúdos temáticos

- Demência em Portugal.
- Alzheimer e outras demências.
- Estádios da Demência.
- Envelhecimento normal e Demência: a transição.
- Défice Neurocognitivo Ligeiro Vs. Envelhecimento cerebral normal.
- Tratamento atual da Demência.
- Estimulação cognitiva.

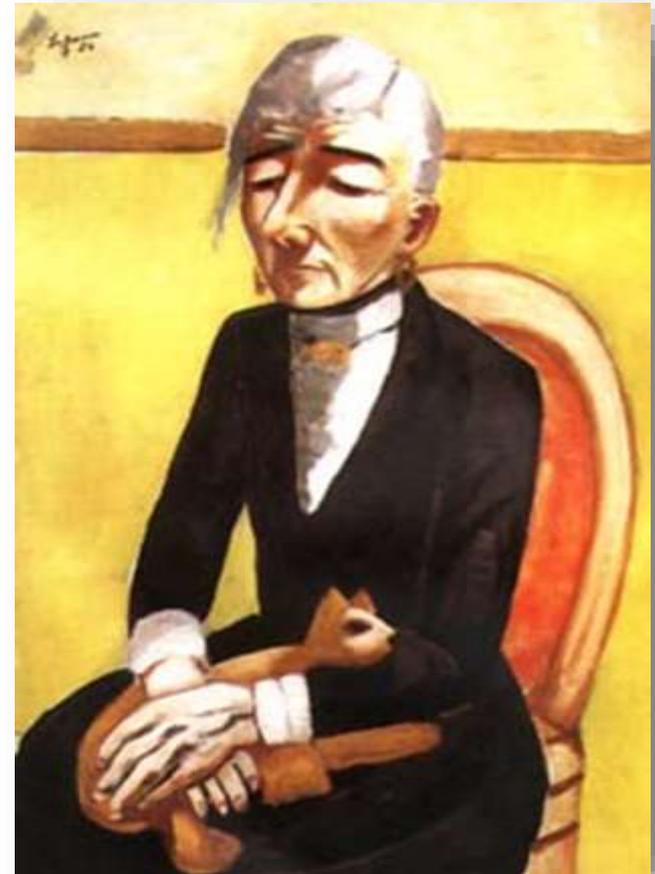
Avaliação

Síncrona:

- Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 20%.
- Ficha de Avaliação. – 60%.

Assíncrona:

- Participação no fórum: Leitura e Resumo de um artigo sobre a estimulação cognitiva. – 20%



Duração 4 horas: 2 horas
síncronas e 2 horas
assíncronas

Objetivos de aprendizagem do módulo

Conteúdos temáticos

- Depressão e mitos.
- Depressão no idoso.
- Prevalência de sintomas depressivos em populações idosas.
- Fatores de risco associados com depressão no idoso.
- Situações médicas que podem causar ou precipitar depressão.
- Prognóstico do défice cognitivo na depressão.
- O diagnóstico de depressão.
- Modelos de intervenção.

Avaliação

Síncrona:

- Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 20%.

Assíncrona:

- Participação no fórum: Mitos sobre a Depressão no Idoso. – 10%.
- Trabalho de Grupo:
 - Modelo de Intervenção Psicológica. ou
 - Modelo de Intervenção Médica. – 70%.

Os formandos devem capazes de saber:

- Explicar a Depressão no Idoso.
- Compreender os fatores de risco para o desenvolvimento de depressão no idoso.
- Identificar os sintomas depressivos no idoso.
- Dissertar sobre os modelos de intervenção.

M4: Depressão no idoso.



Duração 2 horas: 1 horas
síncronas e 1 horas
assíncronas

**Objetivos de
aprendizagem do
módulo**

Os formandos devem capazes de saber:

- Descrever o ciclo de sono no idoso.
- Compreender os fatores de proteção para um ciclo de sono saudável.

M5: Sono no idoso.

Conteúdos temáticos

- Sono no Idoso.
- Alterações na estrutura do sono na pessoa idosa.
- Insónia no Idoso.
- Higiene do sono no idoso.

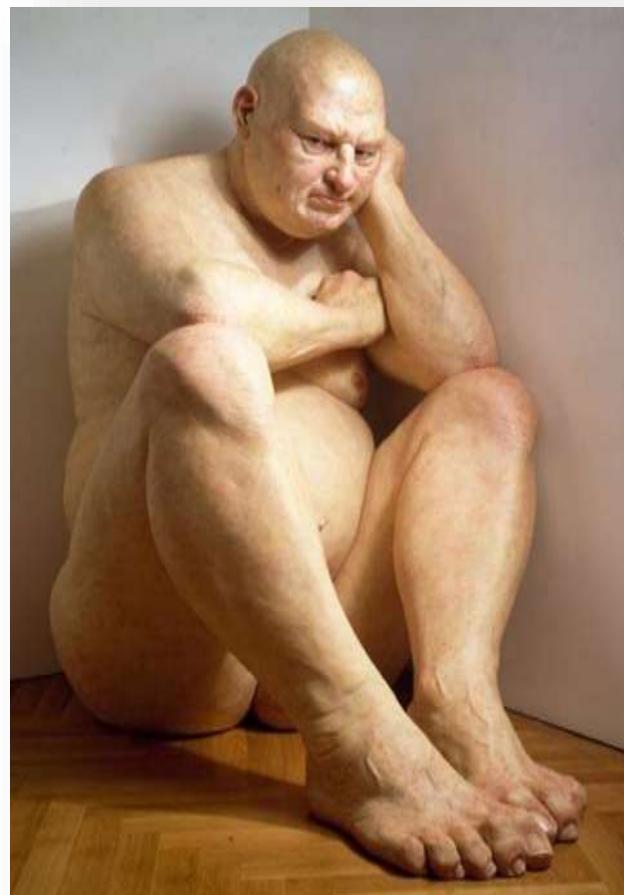
Avaliação

Síncrona:

- Participação Oral nas Temáticas Apresentadas.
– 20%.

Assíncrona:

Trabalho Individual sobre a Higiene do sono
no idoso. – 80%.



Duração 4 horas: 2 horas
síncronas e 2 horas
assíncronas

**Objetivos de
aprendizagem do
módulo**

Os formandos devem capazes de saber:

- Compreender a problemática do idoso na sociedade moderna.
- Descrever e identificar as respostas sociais.
- Refletir sobre o papel do idoso e dissertar sobre a problemática.

M6: Envelhecimento saúde e sociedade: novos desafios.

Conteúdos temáticos

- Aspetos sociodemográficos.
- Prestadores de cuidados ao idoso.
- Políticas e orientações sobre cuidados ao idoso.
- Abuso da pessoa idosa.
- O Idoso Participativo.

Avaliação

Síncrona:

- Participação Oral nas Temáticas Apresentadas.
– 20%.

Assíncrona:

- Exposição sobre o tema: “O Papel do Idoso na Sociedade Moderna” – 80%.





Plano das atividades didáticas

Módulo	Objetivo de aprendizagem (ou conteúdo)	Atividade	Recursos a utilizar	Prazo de entrega/submissão	Tempo Estimado
M0	Os formandos devem capazes de saber: <ul style="list-style-type: none">Participar de forma ativa nas temáticas abordadas.	Síncrona: <ul style="list-style-type: none">Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 40%.	<ul style="list-style-type: none">TEA MS.Material de apoio	n/a	n/a
M0	Os formandos devem capazes de saber: <ul style="list-style-type: none">Integrar de forma ativa os conteúdos do vídeo.Dissertar sobre o processo biológico do envelhecimento	Síncrona: <ul style="list-style-type: none">Visualização de um Vídeo (Impacto Biológico no Envelhecimento): Análise e Discussão – 40%.	<ul style="list-style-type: none">TEA MS.Material de apoio	n/a	n/a



M0	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">• Desenvolver a capacidade argumentativa.• Discutir sobre as teorias do envelhecimento.	<p>Assíncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">• Participação no fórum (Teorias do Envelhecimento Vs. Teorias da Programação) – 20%.	<ul style="list-style-type: none">• Material de apoio• Fórum.• Internet.	<p>Até 24 horas após a sessão síncrona</p>	<p>1h</p>
M1	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">• Participar de forma ativa nas temáticas abordadas.	<p>Síncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">• Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 40%.	<ul style="list-style-type: none">• TEAMS.• Material de apoio	<p>n/a</p>	<p>n/a</p>
M1	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">• Redigir uma composição, sobre a qualidade de vida do idoso, devendo apresent	<p>Assíncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">• Trabalho de Pesquisa e Dissertação sobre: Os fatores proteção e precipitação do	<ul style="list-style-type: none">• Plataforma e-learning do IEFP• Material de apoio.• Internet.	<p>Até às 23h59 do dia anterior à aula síncrona.</p>	<p>2h</p>



	ar, discutir, apresentar e dar exemplos de fatores de proteção e precipitação.	contexto social na qualidade de vida do idoso. - 60%.			
M2	Os formandos devem capazes de saber: <ul style="list-style-type: none">Participar de forma ativa nas temáticas abordadas.	Síncrona: <ul style="list-style-type: none">Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 20%.	<ul style="list-style-type: none">TEA MS.Material de apoio	n/a	n/a
M2	Os formandos devem capazes de saber: <ul style="list-style-type: none">Adquirir conhecimento sobre a influência dos “<i>life events</i>” debruçando-se sobre a temática “A Reforma”	Assíncrona: <ul style="list-style-type: none">Participação no fórum (Brainstorming sobre o Impacto da Reforma.) – 40%.	<ul style="list-style-type: none">Material de apoioFórum.Internet.	Até às 23h59 do dia anterior à aula síncrona.	1h



M2	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">• Redigir um texto sobre o isolamento e a sua relação com o aparecimentos de sinais e sintomas de patologia mental.	<p>Assíncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">• Participação no fórum (Entrega de um texto e Discussão sobre as consequências do Isolamento na saúde mental do Idoso – 40%.	<ul style="list-style-type: none">• Material de apoio• Fórum.• Internet.	<p>Até às 23h59 do dia anterior à aula síncrona.</p>	<p>2h</p>
M3	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">• Participar de forma ativa nas temáticas abordadas.	<p>Síncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">• Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 20%.	<ul style="list-style-type: none">• TEA MS.• Material de apoio	<p>n/a</p>	<p>n/a</p>
M3	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">• Transferir os conhecimentos adquiridos em M3 numa ficha de avaliação.	<p>Síncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ficha de Avaliação. – 60%.	<ul style="list-style-type: none">• TEA MS.• Formas	<p>No final da aula síncrona.</p>	<p>1h</p>



M3	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">Desenvolver a capacidade de analisar documentos científicos.Adquirir conhecimentos sobre o processo de estimulação neurocognitiva.	<p>Assíncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">Participação no fórum: Leitura e Resumo de um artigo sobre a estimulação cognitiva. – 20%.	<ul style="list-style-type: none">Material de apoioFórum.Internet.	<p>Até às 23h59 do dia anterior à aula síncrona.</p>	<p>1h</p>
M4	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">Participar de forma ativa nas temáticas abordadas.	<p>Síncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 20%.	<ul style="list-style-type: none">TEAMS.Material de apoio	<p>n/a</p>	<p>n/a</p>
M4	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">Abordar a temática de uma forma argumentativa.	<p>Assíncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">Participação no fórum: Mitos sobre a Depressão no Idoso. – 10%.	<ul style="list-style-type: none">Material de apoioFórum.Internet.	<p>Até às 23h59 do dia anterior à aula síncrona.</p>	<p>1h</p>



	<ul style="list-style-type: none">• Pesquisar sobre a veracidade dos preconceitos e estereótipos apresentados no fórum				
M4	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">• Trabalhar em grupo de forma organizada.• Aprofundar os conhecimentos sobre o tema escolhido.	<p>Assíncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">• Trabalho de Grupo:<ul style="list-style-type: none">- Modelo de Intervenção Psicológica.ou- Modelo de Intervenção Médica. – 70%.	<ul style="list-style-type: none">• Plataforma e-learning do IEFP.• Material de apoio.• Internet.	Até às 23h59 do dia anterior à aula síncrona.	3h
M5	<p>Os formandos devem capazes de saber:</p> <ul style="list-style-type: none">• Participar de forma ativa nas temáticas abordadas.	<p>Síncrona:</p> <ul style="list-style-type: none">• Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 20%.	<ul style="list-style-type: none">• TEA MS.• Material de apoio.	n/a	n/a



M5	Os formandos devem capazes de saber:	Assíncrona: Trabalho Individual sobre a Higiene do sono no idoso. – 80%.	<ul style="list-style-type: none">• Plataforma e-learning do IEFP• Material de apoio.• Internet.	Até às 23h59 do dia anterior à aula síncrona.	1h
M6	Os formandos devem capazes de saber: <ul style="list-style-type: none">• Participar de formativa nas temáticas abordadas.	Síncrona: <ul style="list-style-type: none">• Participação Oral nas Temáticas Apresentadas. – 20%.	<ul style="list-style-type: none">• TEAMS.• Material de apoio	n/a	n/a
M6	Os formandos devem capazes de saber: <ul style="list-style-type: none">• Dissertar, sobre o tema: “O Papel do Idoso na Sociedade Moderna” devendo ser capaz de	Assíncrona: <ul style="list-style-type: none">• Exposição sobre o tema: “O Papel do Idoso na Sociedade Moderna” – 80%.	<ul style="list-style-type: none">• Plataforma e-learning do IEFP• Material de apoio.• Internet.	Até 3 dias após a última aula síncrona.	2h



	utilizar todo o conhecimento adquirido ao longo da UFCD.				
--	--	--	--	--	--