

■ A PROSAUDESC e os imigrantes idosos

Maria Virgínia Neto*

Resumo O trabalho de muitos anos da Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio-Cultural (PROSAUDESC) estendeu-se recentemente aos imigrantes idosos. Em 2011, a PROSAUDESC promoveu um ciclo de conferências onde um dos temas foi "Envelhecer Saudável". Dessa conferência saíram recomendações importantes a favor do envelhecimento ativo dos imigrantes.

Palavras-chave imigrantes idosos, saúde, envelhecimento ativo, associativismo

Abstract The work of many years of the Association of Health, Environment and Socio-cultural Development Promoters (PROSAUDESC) recently widened to elderly immigrants. In 2011, PROSAUDESC promoted a cycle of conferences where one of the topics was "Healthy Ageing". Important recommendations resulted from that conference in relation to the active ageing of immigrants.

Keywords Elderly immigrants, health, active ageing, associativism

* Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio-Cultural.

■ A PROSAUDESC e os imigrantes idosos

Maria Virgínia Neto

Ao longo dos anos a imigração sempre foi destacada pela sua importância no desenvolvimento pessoal de cada indivíduo, bem como no desenvolvimento das economias dos países de origem e dos países de acolhimento.

Figura 1 - Comunidade Imigrante na Festa do Bairro



A história referencia-nos que as imigrações ocorridas nos anos de 1960 até 1985 eram constituídas maioritariamente por indivíduos de sexo masculino que vinham à procura de melhores condições de vida, que traduziam em apoios para os familiares, sobretudo as esposas e filhos nos países de origem. Uma prática ainda hoje vivenciada nalguns casos.

A partir dos anos de 1990 até há uns dois anos atrás, a imigração feminina ganhou destaque, com as mulheres a assumirem-se como chefes de família. Ao partirem para esta aventura, gradualmente economizam e mandam chamar os seus filhos ou organizam os seus lares geralmente planificando a maternidade.

Entretanto, muitas dessas mulheres, por condicionalismos dos trabalhos precários que têm, não lhes resta muitas vezes disponibilidade para cuidarem devidamente dos filhos. Foi este um dos motivos pelos quais muitas tiveram que optar por mandar chamar os seus pais a fim de as apoiarem nesta difícil tarefa. Por outro lado, constam nos agregados familiares idosos que vieram para Portugal, através dos filhos, a fim

de obterem uma melhor assistência médica e medicamentosa, tendo em conta a deficiência dos cuidados de saúde nos respetivos países de origem.

Figura 2 - Idosa de 90 anos premiada nas atividades



Embora não tenhamos ainda dados empíricos que nos possam permitir fazer uma melhor leitura estatística, podemos seguramente considerar que atualmente existe um número muito significativo de idosos imigrantes em Portugal, que assumem um importante papel na vida ativa das suas comunidades.

Mas outros, pela fragilidade provocada por doenças, permanecem confinados em casa, onde a solidão está sempre presente, tal como acontece com milhares de idosos portugueses.

Em 2011, a PROSAUDESC - Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio-Cultural -, promoveu um ciclo de conferências financiado pelo Alto Comissariado para Imigração e Diálogo Intercultural, onde um dos temas foi "Envelhecer Saudável".

Algumas recomendações foram sublinhadas nessa conferência, tais como a alimentação saudável, o exercício físico, a promoção da cultura, incluindo a dança, a música, os ateliers e os jogos tradicionais, formas de proporcionar aos idosos uma vida saudável.

Figura 3 - Urbanização Terraços da Ponte - Atelier de Costura



Sendo 2012 o Ano Europeu de Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações torna-se necessário sensibilizar todas as forças políticas, a sociedade civil, as comunidades e as famílias para uma melhor reflexão sobre esta problemática, no sentido de encontrar respostas que vão ao encontro das necessidades dos idosos, incluindo os idosos imigrantes, por forma a proporcionar-lhes um envelhecimento ativo e saudável conforme as recomendações da União Europeia.