



# Envelhecimento activo e saudável em análise

**Lousã** Primeiro meeting AGA@4life realiza-se hoje no Hotel Palácio da Lousã e conta com a participação da gerontóloga Maria João Quintela

Apresentar os resultados de um novo modelo de promoção de um envelhecimento activo e saudável, que foi aplicado e validado na comunidade de idosos do Centro de Dia da Associação de Defesa do Idoso e da Criança (ADIC), de Vilarinho, constitui um dos objectivos do primeiro Meeting AGA@4life: Abordagem Geriátrica Ampla, que hoje se realiza no Hotel Palácio da Lousã. Em causa está um projecto que envolve o Politécnico de Coimbra (instituição líder), os politécnicos de Tomar e Castelo Branco, bem como a ADIC, de Vilarinho, e a Câmara Municipal da Lousã. O novo

modelo «assenta num protocolo de avaliação individual, de natureza holística e multidisciplinar, e consequente delineamento e implementação de estratégias de intervenção ajustadas a cada indivíduo, visando a prevenção da fragilidade e do declínio funcional, cognitivo e social do idoso», refere nota sobre o evento. A intervenção a realizar, salienta, centra-se «em programas personalizados de exercício físico, educação nutricional, estimulação cognitiva, monitorização de co-morbilidades, aconselhamento fármaco-terapêuticos e promoção global do bem-estar».

O encontro de hoje, com início às 9h30, pretende constituir uma oportunidade de «partilha dos resultados obtidos e de reflexão quanto à forma de replicar este modelo noutras instituições e noutros contextos», refere a organização. Destaca, também, a participação no encontro da médica gerontóloga Maria João Quintela, «uma das maiores referências na área do envelhecimento activo em Portugal», que vai apresentar um reflexo sobre «os desafios do envelhecimento e a adequação dos meios existentes para dar respostas efectivas e ajustadas às necessidades imediatas e futu-

ras». Uma conferência aberta à comunidade, prevista para as 16h45.

O primeiro orador é Telmo Pereira, que, pelas 9h45, faz a apresentação do “Projecto AGA@4life - do desenho à implementação prática”. Seguem-se um conjunto de mesas redondas sobre aspectos do programa, nomeadamente “Funcionalidade, nutrição e terapêutica farmacológica”, “Ambiente, cognição e qualidade de vida”, “Tecnologias aplicadas ao envelhecimento” e “Impacte multissistémico e morfológico do envelhecimento”. No final, às 18h30, assiste-se a um Beirão de honra. ◀