**ENVELHECIMENTO ATIVO E uNIVERSDADES DE TERCEIRA IDADE**

**RESUMO**

**Autores**: João Durão¹; Manuela Durão²

¹Professor Escola Superior de Enfermagem S. João de Deus /Universidade de Évora

 ² Enfermeira Hospital do Espírito Santo Évora

**Introdução:** O envelhecimento populacional constitui um fenómeno estruturante das nossas sociedades e um dos maiores desafios que se colocam à Humanidade. Origina mudanças nas mais diversas funções do organismo, decorrentes do aumento da esperança de vida, obrigam-nos a um novo olhar e a novas formas de intervenção junto de pessoas. A mudança de paradigma e a aprendizagem ao longo da vida originaram uma nova oferta educativa, entre outras, as Universidades de Terceira Idade. Promovem bem-estar físico, psicológico e social e o envelhecimento ativo, contribuindo para uma sociedade para todas as gerações.

**Palavras-chave**: Envelhecimento, Envelhecimento ativo, Universidades de Terceira Idade

**Objetivo:** Evidenciaro contributo das UTI para o envelhecimento ativo

**Metodologia:** Pesquisa bibliográfica

**Enquadramento conceptual:** As UTI destinam-se a pessoas com mais de cinquenta anos. A sua frequência não requer habilitações especiais e não conferem grau académico. Regem-se, por outro lado, pela divulgação cultural e científica e são complementadas por atividades lúdicas e sociais diversificadas, no contexto de formação ao longo da vida em regime informal (Neri et al., 2005).

Os seus objetivos foram, desde o seu início, a promoção, valorização e integração do idoso em atividades culturais, de cidadania, ensino e lazer, a ocupação de tempos livres, evitar o isolamento e a marginalização, promover a socialização, proporcionar-lhes saúde, energia e interesse pela vida e modificar a sua imagem social perante a sociedade, incentivando-os à participação ativa.

Estudos nacionais e internacionais evidenciam que, para além de serem um projeto educativo e formativo, são também um projeto social e de saúde, na medida em que podem contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas, ajudando a prevenir o isolamento e a exclusão social (Jacob, 2005, Silva, 2006, Irigararay e Schneider, 2007, Monteiro e Neto, 2008, Veloso, 2011).

**Conclusão:** As UTI são um modelo de formação de adultos de sucesso que disponibiliza às pessoas idosas variadas atividades culturais, recreativas, científicas e de aprendizagem**.** Constituem uma resposta social no combate ao isolamento e à exclusão social, incentivam à participação na sociedade, divulgam os direitos e oportunidades existentes para esta faixa etária da população, reduzem o risco de dependência, constituem um centro de convívio, contribuindo para o envelhecimento ativo das pessoas idosas.

**Bibliografia:** Veloso, E. (2011).Vidas depois das reformas. Políticas públicas no contexto português e práticas educativas numa Universidade da Terceira Idade em Portugal. (1.ª ed). Lisboa: Coisas de Ler Edições.

Irigaray, T. & Schneider, R. (2008). Participação de idosas em uma universidade da terceira idade: motivos e mudanças ocorridas. *Psicologia: Teoria e Pesquisa,* *24* (2). Doi: 10.1590/S0102-37722008000200011.