

A importância da manutenção de laços familiares e de amizade na percepção da qualidade de vida em residentes em ERPI's e utentes de centros de dia

The importance of maintaining family and friendship ties in the perception of quality of life among residents in long-term care facilities and daycare centers

📍 Susana da Silva, 📍 Ana da Costa

1- Universidade Fernando Pessoa

Corresponding author:

susanasilva.psicologia@gmail.com

Informação do artigo

Recebido: 30/03/2025

Revisto: 06/05/2025

Aceite: 12/06/2025



This work is licensed under [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

RESUMO

O envelhecimento populacional desafia as sociedades a adaptarem-se às necessidades dos idosos. A qualidade de vida (QV) é um conceito multidimensional que abrange o bem-estar físico, psicológico e social, sendo influenciado por diversos fatores, incluindo o suporte social formal e informal. Em contextos como Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI's) e Centros de Dia (CD), compreender como essas variáveis interagem é essencial para a implementação de estratégias que promovam o bem-estar dos idosos. Este estudo tem como objetivo verificar a existência de relações entre a presença, a regularidade e o nível de importância atribuído às visitas pelo suporte social informal e a percepção da qualidade de vida dos idosos residentes em ERPI's e utentes de Centros de Dia. Foi utilizada uma metodologia quantitativa, descritiva, transversal e comparativa. Os participantes são 87 ($n=42$, ERPI's; $n=45$, CD), maioritariamente mulheres, viúvas e com baixa escolaridade, com idades entre 65 e 99 anos ($M=82,90$; $DP=7,50$). Os instrumentos administrados foram um questionário sociodemográfico e o WHOQOL-Bref. Os resultados indicam que nas ERPI's, a importância das visitas contribui para melhores relações sociais. Nos CD, as visitas de familiares/amigos são altamente valorizadas, e a sua regularidade influencia a importância que lhes é atribuída. Conclui-se que a manutenção de laços afetivos é essencial para a QV dos idosos, reforçando a necessidade de políticas e práticas que incentivem o suporte social informal, promovendo bem-

estar, integração social e qualidade de vida ao longo do envelhecimento.

Palavras-Chave: idosos; qualidade de vida; ERPI; Centros de Dia, suporte social

ABSTRACT

Population aging challenges societies to adapt to the needs of older adults. Quality of life (QoL) is a multidimensional concept encompassing physical, psychological, and social well-being, influenced by various factors, including formal and informal social support. In contexts such as Long-Term Care Facilities (LTCFs) and Daycare Centers (DCs), understanding how these variables interact is essential for implementing strategies that promote the well-being of older adults.

This study aims to examine the relationships between the presence, regularity, and perceived importance of visits from informal social support networks and the perception of quality of life among older adults residing in LTCFs and attending DCs. A quantitative, descriptive, cross-sectional, and comparative methodology was used. Participants included 87 individuals ($n=42$, LTCFs; $n=45$, DCs), predominantly women, widowed, and with low educational levels, aged between 65 and 99 years ($M=82.90$; $SD=7.50$). The instruments administered were a sociodemographic questionnaire and the WHOQOL-Bref.

The results indicate that in LTCFs, the importance attributed to visits contributes to better social relationships. In DCs, visits from family/friends are highly valued, and their regularity influences the importance assigned to them. It is concluded that

maintaining affective ties is essential for the QoL of older adults, reinforcing the need for policies and practices that encourage informal social support, promoting well-being, social integration, and quality of life throughout aging.

Keywords: older adults; quality of life; long-term care facilities; daycare centers; social support

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tem-se acentuado nas últimas décadas, tornando-se uma preocupação tanto a nível global como nacional. Em Portugal, este fenómeno está associado a fatores como a redução da natalidade e da fecundidade, o aumento da longevidade e as mudanças nas estruturas familiares (Azevedo et al., 2022). Dados recentes da PRODATA (2024) indicam que Portugal é o segundo país mais envelhecido da Europa, com 185 idosos por cada 100 jovens. Comparativamente aos Censos de 2011, os Censos de 2021 revelaram um aumento de 20,6% na população idosa (INE, 2020), sendo a incidência maior no interior Norte e Centro. As projeções apontam para um agravamento do fenómeno até 2080, podendo atingir 300 idosos por cada 100 jovens, com uma possível estabilização a partir de 2050 (Azevedo et al., 2022; INE, 2022).

O envelhecimento populacional tem implicações significativas a nível económico, social e na sustentabilidade dos sistemas de saúde e segurança social, exigindo políticas inclusivas e ajustadas a esta realidade. Para enfrentar estes desafios, é essencial compreender o processo de envelhecimento, que envolve

transformações biológicas, psicológicas e sociais ao longo da vida (Mateus & Alves, 2018). A velhice, enquanto fase específica do ciclo de vida, implica mudanças próprias desta etapa, reforçando a necessidade de estratégias adaptadas para promover o bem-estar dos idosos (Azevedo et al., 2022; Mateus & Alves, 2018).

Mateus e Alves (2018) destacam que a velhice está frequentemente associada a sentimentos de solidão, fragilidade e redução da capacidade funcional, sendo a resiliência e os mecanismos de defesa essenciais para valorizar experiências de vida, o bem-estar dos filhos e a manutenção das relações sociais, além de reforçarem a espiritualidade (Dagios et al., 2015). Azevedo et al. (2022) sublinham ainda o impacto da cultura na percepção da velhice, tornando-a um fenómeno biopsicossocial. Martins et al. (2021) reforçam a importância de reconhecer o papel dos idosos na sociedade, promovendo um envelhecimento ativo e saudável. O envelhecimento ativo visa potenciar a saúde, a funcionalidade e a participação social, promovendo qualidade de vida e inclusão dos idosos, especialmente dos mais vulneráveis (Azevedo et al., 2022; Madeira et al., 2022; Martins et al., 2021). Envolver os idosos em atividades culturais, sociais e económicas é essencial para um envelhecimento bem-sucedido, assegurando segurança e bem-estar (Madeira et al., 2022; Paúl, 2005).

A qualidade de vida na velhice é um conceito subjetivo e multidimensional, influenciado por valores, experiências e perspectivas dos idosos (Villas-Boas et al., 2018). Para promover um envelhecimento digno, é essencial apoiar a permanência

dos idosos em casa, adiando a institucionalização sempre que possível (Fonseca, 2023). No entanto, fatores associados ao envelhecimento levam muitos idosos a recorrer a respostas sociais, como ERPI e os CD, que oferecem apoio personalizado para melhorar a qualidade de vida (Crispim, 2021; Papalia & Martorell, 2022; Pocinho et al., 2023; Simeão et al., 2018).

As relações familiares são fundamentais para a qualidade de vida dos idosos, fornecendo suporte emocional e segurança (Brownie & Horstmanshof, 2012; Paúl, 2005; Park, 2009). A manutenção destes laços fortalece a saúde mental e contribui para um envelhecimento bem-sucedido (Simeão et al., 2018). Além disso, uma rede de suporte social ampla, incluindo família e amigos, está associada a uma melhor percepção da qualidade de vida, devido ao sentimento de utilidade social e ao aumento da autoestima (Azevedo et al., 2022; Brownie & Horstmanshof, 2012; Park, 2009; Pocinho et al., 2023). No entanto, a institucionalização pode enfraquecer esses vínculos, levando ao aumento da solidão e da fragilidade, especialmente quando as visitas familiares diminuem ao longo do tempo (Picanço & Sousa, 2021; Santos et al., 2021). Vários estudos em Portugal têm explorado a influência do apoio social e das visitas familiares na percepção da qualidade de vida dos idosos em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI) e Centros de Dia (CD) destacando a importância das relações familiares na qualidade de vida dos idosos (Araújo et al., 2017; Freitas et al., 2016). No mesmo sentido outros estudos destacam que as visitas, sobretudo dos filhos, são

essenciais para o bem-estar dos idosos, proporcionando amor, afeto e satisfação (Cataneo et al., 2019; Picanço e Sousa, 2021). De referir ainda o estudo de Fernández-Ballesteros et al. (1999) que aponta as dimensões e preditores da qualidade de vida na velhice, destacando a relevância do apoio social e familiar como fatores determinantes para o bem-estar dos idosos. Martínez e Díaz (2006) analisam a relação entre o apoio social e a qualidade de vida em idosos institucionalizados, concluindo que o suporte familiar e as visitas estão positivamente correlacionados com uma melhor percepção de bem-estar.

A pandemia de Covid-19 agravou essa realidade, impactando fortemente as interações sociais dos idosos. O isolamento aumentou a sintomatologia depressiva, sendo o domínio psicológico o mais afetado (Samartini et al., 2023). No entanto, o uso de redes sociais e videochamadas ajudou a mitigar os efeitos negativos, promovendo o bem-estar e a manutenção dos laços afetivos (Azambuja et al., 2023). Estas mudanças reforçam o papel das novas tecnologias no apoio à saúde mental e à qualidade de vida dos idosos durante a pandemia. Também o contexto habitacional tem um impacto direto na qualidade de vida, tornando essencial que as instituições promovam atividades que fortaleçam o sentido de pertença e incentivem a socialização (Fontes et al., 2021; Pocinho et al., 2023; Ratuchnei et al., 2021; Scolari et al., 2020). No entanto, algumas instituições ainda mantêm rotinas monótonas, oferecem pouca autonomia e limitam as oportunidades de convívio social, o que compromete a percepção da

qualidade de vida dos residentes (Picanço & Sousa, 2021; Ratuchnei et al., 2021; Simeão et al., 2018).

METODOLOGIA

Este estudo obedece a uma metodologia quantitativa com um desenho descritivo, transversal e comparativo. Envolveu 87 participantes (amostra não probabilística), divididos em 2 grupos: residentes em ERPI's e utentes de Centros de Dia. Do grupo dos residentes em ERPI's, constam 42 participantes (48,28%), dos quais 12 (28,57%) eram do sexo masculino e 30 (71,43%) do sexo feminino, viúvas na sua maioria. A escolaridade situa-se ao nível do 1º ciclo e concentravam-se no grupo etário entre os 86 e os 100 anos ($n=11$, 44%). No que diz respeito ao sexo masculino, a maior concentração foi notada entre os 86 e os 100 anos, viúvos e com escolaridade ao nível do 1º ciclo ($n=7$, 28%). Já no grupo dos utentes de Centros de Dia, contabilizaram-se 45 participantes (51,72%), sendo 11 (24,44%) do sexo masculino e 34 (75,56%) do sexo feminino. No que se refere à caracterização dos participantes dos Centros de Dia, a análise revelou uma predominância feminina, viúvas e com formação escolar ao nível do 1º ciclo, sendo a faixa etária dos 76 aos 85 anos a mais predominante ($n=10$, 52,63%). Paralelamente, observou-se uma presença masculina igualmente concentrada na faixa etária de 86-100 anos ($n=3$, 15,79%), viúvos e com escolaridade ao nível do 1º ciclo. A maioria dos utentes dos Centros de Dia vivia sozinha ($n=22$, 48,89 %), seguida pela opção de viver com terceiros ($n=13$, 28,29 %).

Quanto aos materiais utilizados, estes foram: um questionário sociodemográfico com 12 questões fechadas, que permitiu a caracterização dos participantes e a recolha de diferentes variáveis pertinentes para o presente estudo. O mesmo questionário foi utilizado para caracterizar os residentes das ERPI's e utentes de Centros de Dia, onde permitia a identificação da resposta social em que se encontravam no momento. Para a avaliação da qualidade de vida utilizou-se o WHOQOL-Bref, validado para a população portuguesa por Canavarro et al. (2007), constituído por 26 itens, dois itens carácter mais geral, sobre a percepção da qualidade de vida e a percepção de saúde, enquanto os restantes 24, são mais específicos. Está organizado em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e ambiente. Os itens são respondidos através de uma escala de resposta de tipo Likert de 5 pontos, em que as pontuações mais elevadas correspondem a melhores percepções de qualidade de vida.

Quanto ao procedimento foi realizada uma exaustiva revisão do estado da arte, seguindo-se a construção do questionário sociodemográfico e o pedido de autorização aos autores do WHOQOL-Bref. Elaborou-se um protocolo de investigação que foi submetido à Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa, cujo parecer foi positivo. Em seguida foram enviados os pedidos de autorização para as instituições com as informações pertinentes para a realização do estudo e da recolha de dados. Após as autorizações serem concedidas, procedeu-se a reuniões com os utentes para explicação e esclarecimento de dúvidas sobre todo o

estudo e realizou-se uma calendarização com todas as instituições de modo a não perturbar as atividades dos idosos. Antes da recolha de dados, foram solicitados os consentimentos informados, tendo sempre em atenção a privacidade e confidencialidade dos dados.

Finalizada a recolha, foi elaborada uma base de dados no *Statistical Package for the Social Sciences – 28* (SPSS), recorrendo-se posteriormente ao JASP – 0.18.1, para a análise estatística. Num primeiro momento, foram utilizadas técnicas exploratórias de dados através de estatísticas descritivas com o intuito de explicar as informações referentes à caracterização dos participantes de ambas as respostas sociais. Antes da escolha dos testes estatísticos foram realizados os pressupostos de normalidade para as variáveis através do teste de *Shapiro-Wilk*. Para analisar as relações entre as variáveis recorreu-se a testes não paramétricos, segundo os resultados obtidos na avaliação de pressupostos, recorreu-se às correlações de *Spearman* (receber visitas, regularidade das visitas e importância atribuída às visitas).

Resultados

Os resultados obtidos quanto à regularidade das visitas, mostram que os idosos residentes em ERPI's, recebiam visitas de 1 a 2 vezes por semana ($n=14$, 33,33 %), sendo que os filhos eram os parentes que mais frequentemente os visitavam ($n=36$, 34,62 %), seguidos pelos netos ($n=27$, 25,96 %) e outros familiares ($n=27$, 25,96 %). Por outro lado, utentes dos Centros de Dia recebiam, na maioria, visitas diárias ($n=12$, 26,67 %), destacando-

se também aqui as visitas dos filhos ($n=39$, 31,97 %) e, em seguida, dos netos ($n=35$, 28,69 %).

Conforme se pode observar na tabela 1, ao analisar as relações entre a presença, a regularidade e a importância atribuída à receção de visitas pelo suporte social informal e a QVG e os seus domínios, nos residentes das ERPI's e nos utentes dos Centros de Dia, nos residentes em ERPI's, encontrou-se uma correlação positiva significativa de efeito grande entre a importância de receber visitas e as relações sociais. No entanto, não foram encontrados resultados estatisticamente significativos nas restantes variáveis. Quando se consideram os utentes dos CD verifica-se uma correlação positiva significativa de efeito médio entre a presença de visitas e a importância de receber visitas; uma correlação positiva significativa de efeito médio entre a regularidade dessas visitas e a importância atribuída às mesmas na percepção de qualidade de vida dos idosos. Também foram observado resultados positivos significativos na correlação entre a importância de receber visitas de familiares e amigos, nos domínios psicológico, relações sociais e ambiente, com um tamanho de efeito médio.

Tabela 1

Relação entre a presença, regularidade e a sua importância atribuída às visitas nos residentes em ERPI's e utentes de Centros de Dia – Correlação de Spearman (r_s)

	ERPI's		Centro De Dia	
	A Importância de Receber Visitas	Recebe Visitas	Regularidade Visitas	A Importância de Receber Visitas
A Importância de Receber Visitas	—	.484 ***	.342 **	—
Psicológico	—	—	—	.305 *
Relações Sociais	.695 ***	—	—	.337 *
Ambiente	—	—	—	.455 **

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Nota: Tamanho do Efeito (Pequeno $r=.10$, Médio $r=.30$, Grande $r=.50$) (Fields, 2009)

DISCUSSÃO

Para dar resposta ao nosso estudo foi analisada a existência de relações entre a presença, a regularidade e o nível de importância atribuída às visitas do suporte social informal (família e amigos) na percepção de qualidade de vida (geral e domínios) nos idosos residentes em ERPI's e utentes de Centros de Dia.

Nos residentes das ERPI's, encontramos uma relação significativa entre a importância atribuída às visitas no domínio das relações sociais, ou seja, para os residentes das ERPI's é muito importante receber visitas de familiares e amigos para uma melhor percepção nas suas relações sociais o que é corroborado pelos estudos de Araújo et al. (2017), Brownie e Horstmanhof (2012), Freitas et al. (2016), Martínez e Díaz (2006) e Park (2009).

Os resultados do nosso estudo podem ser explicados pela importância percebida de um suporte social robusto, que permite aos idosos não experienciar sentimentos de solidão e abandono, enquanto promove a conexão familiar e o sentido de pertença. Contudo, fatores como a personalidade, as circunstâncias da vida e as preferências pessoais também podem ajudar a compreender essa percepção. Ao analisar as características dos participantes residentes nas ERPI's, verificamos que estes se sentiam apoiados pelo suporte social informal, mas também é importante destacar a interação social com o suporte formal nas instituições, onde os idosos passam a maior parte do tempo. Este contexto torna natural que considerem essas relações sociais como fundamentais para a sua qualidade de vida, o que pode ser explicado por um forte respeito e

cuidado pelos mais idosos assim como por ligações familiares mais próximas

A ausência de resultados significativos sobre as visitas e sua regularidade na percepção de qualidade de vida dos residentes das ERPI's pode estar relacionada com as características individuais de cada idoso, como a adaptação às rotinas, as atividades de lazer frequentadas, o apoio recebido do suporte social formal e informal e o ambiente institucional. Além disso, fatores como saúde física, suporte psicológico e estabilidade financeira podem ter um impacto maior na percepção da qualidade de vida do que as visitas em si. Quando analisados os resultados referentes aos utentes de Centros de Dia, verificamos que a presença de visitas do suporte social informal é importante para a qualidade de vida dos idosos. Os estudos de Scolari et al. (2019) e Fernández-Ballesteros et al. (1999) corroboram os nossos resultados, ao sublinharem a importância da ligação de apoio entre familiares e idosos, considerando este vínculo como um preditor de qualidade de vida. Esta relação entre a presença de visitas do suporte social informal e o nível de importância atribuída pode ser explicada pelo fortalecimento e manutenção desses vínculos, sendo valorizados o bem-estar psicológico e emocional dos idosos. Acrescentamos ainda que os nossos resultados podem ser interpretados pela manutenção do sentido de pertença, fazendo com que os idosos se sintam ainda mais valorizados.

De acordo com a caracterização dos utentes dos Centros de Dia do nosso estudo, a maioria vivia sozinha, mas recebia

visitas regulares, o que é percecionado como um preditor de bem-estar. Quando analisada a relação entre a regularidade de visitas de familiares e amigos em relação à importância atribuída à receção de visitas pelos utentes de Centros de Dia verificamos que os idosos consideram importante essa regularidade, mas a valorização dada à mesma pode vir a ser alterada quando percecionada como uma rotina, ou seja, menos impactante. O estudo de Madeira et al. (2022) corrobora os nossos resultados ao destacar a extrema importância que os idosos atribuem às relações familiares. Pressupõe-se que a sua regularidade mantém e fortalece esses vínculos afetivos, mesmo que uma diminuição ligeira na frequência ocorra, famílias e idosos podem encontrar outras formas de compensar essa redução, como chamadas telefónicas ou videochamadas. Esses métodos alternativos de contacto foram salientados nos estudos de Azambuja et al. (2023) e Samartini et al. (2023), que observaram o aumento da adesão a redes sociais e outras formas de interação entre idosos e familiares. Esse aumento na utilização de novas formas de contacto foi especialmente impulsionado pela pandemia de COVID-19, como medida preventiva ao isolamento social, e muitos idosos mantiveram essas formas de comunicação para se manterem próximos da sua família e amigos, reforçando laços afetivos.

Outras possíveis explicações podem ser atribuídas ao facto de os idosos que recebem visitas com menor regularidade atribuírem uma maior importância a essas visitas, que vai de encontro à linha de pensamento de Scolari et al. (2019). Os

autores chamam a atenção para dois tipos de visitas recebidas pelos idosos: aquelas que podem causar sofrimento e problemas de saúde mental, devido a conflitos e afastamentos originados por experiências prévias, e as visitas que transmitem carinho e afeto, o que aumenta a valorização do idoso dentro do ambiente familiar acolhedor. Assim, é importante que as ERPI's e os Centros de Dia estejam atentos à "qualidade" dessas visitas, e não apenas à sua regularidade, uma vez que estas podem influenciar significativamente a percepção de qualidade de vida dos idosos. Quando observada a relação existente entre a importância de receber visitas de amigos e familiares nos domínios psicológico, relações sociais e ambiente, verificamos que os utentes dos Centros de Dia reconhecem o impacto positivo, nomeadamente nos domínios mencionados, e atribuem grande importância à receção dessas visitas. Os estudos de Madeira et al. (2022) e Dagios et al. (2015) corroboram os nossos resultados, ao considerarem que as visitas e a manutenção de relações familiares positivas são essenciais para o bem-estar psicológico, para a manutenção e criação de relações sociais, bem como para a segurança e proteção do idoso.

Os nossos resultados podem ser melhor explicados, reforçando o que já foi mencionado anteriormente, ao indicar que essas interações sociais reduzem os sentimentos de solidão, ansiedade e depressão. Torna-se imperativo reforçar que as trocas de afeto, a partilha de histórias e experiências fortalecem os vínculos familiares e de amizade, conferindo aos idosos uma maior sensação

de pertença e um ambiente mais acolhedor. Esses fatores proporcionam-lhes uma sensação de conforto e segurança, um acesso mais facilitado à informação, reforçam a sua autoestima e, em contrapartida, aumentam a estimulação cognitiva.

O estudo de Paúl (2005) destaca o papel fundamental das redes de apoio ao idoso, nomeadamente a família e os amigos, na manutenção do idoso na comunidade, trazendo benefícios sociais, psicológicos e de segurança, o que se traduz numa melhor qualidade de vida e bem-estar. Da mesma forma, o estudo de Pocinho et al. (2023) salienta a importância dos Centros de Dia como espaços de promoção do convívio social e de resposta às necessidades dos idosos, bem como um alívio da sobrecarga do suporte social informal, reforçando a importância da manutenção desses vínculos afetivos e sociais. Todas estas considerações apontam para uma melhor percepção e promoção da qualidade de vida dos idosos.

No que respeita à ausência de resultados significativos quanto à relação de importância das visitas e a QVG e o domínio físico nos utentes dos Centros de Dia, provavelmente podemos pressupor que há uma influência indireta através da percepção de melhor saúde e bem-estar através de resultados significativos nos domínios psicológico, relações sociais e ambiente, no entanto, nunca podemos deixar de sublinhar o contexto cultural e valores pessoais dos idosos que influenciam a percepção de qualidade de vida.

Em suma, um suporte social robusto, com visitas regulares, é crucial para a percepção positiva da qualidade de vida dos idosos.

Assim, é fundamental promover redes de apoio social e programas comunitários que incentivem o convívio social e fortaleçam os laços afetivos, contribuindo para o bem-estar dos idosos.

CONCLUSÃO

O envelhecimento populacional em Portugal é uma tendência demográfica crescente, o que torna essencial compreender os desafios que este impõe e procurar soluções para os enfrentar. Neste contexto, as respostas sociais, como as ERPI's e os Centros de Dia, desempenham um papel fundamental no apoio aos idosos, embora ainda se verifique que a oferta não é suficiente para a crescente procura por cuidados mais personalizados.

O foco deste estudo foi analisar a existência e a importância dos laços afetivos entre idosos e as suas famílias e amigos, verificando como esses vínculos influenciam a qualidade de vida. Os resultados mostraram que o suporte social informal, especialmente através das visitas regulares de familiares e amigos, é um fator determinante para o bem-estar psicológico, emocional e social dos idosos, contribuindo de forma significativa para a sua autoestima, sensação de pertença e redução da solidão. Assim, promover a criação e manutenção desses laços afetivos deve ser uma prioridade nas políticas sociais, pois, além de proporcionarem um ambiente mais acolhedor, têm um impacto direto na qualidade de vida dos idosos, alinhando-se com as diretrizes internacionais para um envelhecimento ativo e saudável.

REFERÊNCIAS

- Araújo, I., Jesus, R., Araújo, N., & Ribeiro, O. (2017). Percepção do apoio familiar do idoso institucionalizado com dependência funcional. *Enfermería Universitaria*, 14(2), 97-103.
- Azambuja, R. M. da M., Rabinovich, E. P., & Coutrim, R. M. da E. (2023). Novos tempos, novas formas de relacionamentos familiares: educação intergeracional mediada pelas tecnologias. *Millenium-Journal of Education, Technologies, and Health*, 2(20), 1-9. <https://doi.org/10.29352/mill0220.27721>
- Azevedo, L., Riscado, P., & Maia, C. (2022). A influência do envelhecimento ativo na qualidade de vida da pessoa idosa: revisão integrativa da literatura. *HIGEIA*, VII(1), 17-27. <http://hdl.handle.net/10400.11/8072>
- Brownie, S., & Horstmannshof, L. (2012). The importance of social support for older adults' health and wellbeing. *Nursing & Health Sciences*, 14(4), 402-408.
- Canavarro, M. C., Simões, M. R., Vaz Serra, A., Pereira, M., Rijo, D., Quartilho, M. J., & Carona, C. (2007). Instrumento de avaliação da qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde: WHOQOL-Bref. In M. Simões, C. Machado, M. Gonçalves, & L. Almeida (Eds.), *Avaliação psicológica: Instrumentos Validados para a População Portuguesa* (Vol. III, pp. 77-100). Quarteto Editora.
- Cataneo, F. M., Cardozo, T. M., & Monterrosa Ayala, A. L. (2019). Idosos em instituição de longa permanência e relações familiares. *Revista de Atenção à Saúde*, 17(60). <https://doi.org/10.13037/ras.vol17n60.5845>
- Crispim, R. (2021). Institucionalização na velhice: uma revisão sistemática da

literatura sobre preditores em contexto de Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI). *methaodos. Revista De Ciencias Sociales*, 9(2), 258-271.

<https://doi.org/10.17502/mrcs.v9i2.499>

Dagios, P., Vasconcellos, C., & Evangelista, D. H. R. (2015). Avaliação da qualidade de vida: comparação entre idosos não institucionalizados participantes de um centro de convivência e idosos institucionalizados em Ji-Paraná/RO. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, 20(2).

<https://doi.org/10.22456/2316-2171.41571>

Fernández-Ballesteros, R., Zamarrón, M. D., & Maciá, A. (1999). Calidad de vida en la vejez: dimensión y predictores. *Psicothema*, 11(1), 55-63.

Fonseca, A. M. G. da. (2023). "Aging in Place" – Envelhecer em casa e na comunidade. *PerCursos*, 24, <https://doi.org/10.5965/19847246242023e0104>

Fontes, P. C., Monteiro, E. A., Oliveira, A. B. C. de, Oliveira, A. K. M. de, Moreira, M. A. S. P., Farias, I. A. P., & Medeiros, R. A. de. (2021). Moradia e qualidade de vida da pessoa idosa: revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 10(2), <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i2.12277>

Freitas, A. F., Teixeira, M., & Rocha, M. do C. (2016). *A influência do funcionamento familiar na qualidade de vida dos idosos: um estudo numa instituição de acolhimento*. Comunicação apresentada nas Jornadas de Enfermagem Comunitária, Escola Superior de Enfermagem do Porto. INE. (2021). *Projeções de População Residente 2018-2080*. [https://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu](https://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=426127543&att_display=n&att_download=y)

[.jsp?look_parentBoui=426127543&att_display=n&att_download=y](https://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=426127543&att_display=n&att_download=y)

INE. (2022). *Censos 2021 - Divulgação dos Resultados Definitivos*. https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_publicacoes&PUBLICACOESpub_boui=65586079&PUBLICACOESmodo=2

Madeira, E. S., Silva, J. R. M. da, Souza, P. A. de, Macedo, E. C., Silva, C. M. C. da, & Felix, R. Y. K. (2022). Quality of life in elderly attend of a social center / Qualidade de vida em idosos integrantes de um centro de convivência. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, 14, <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v14.11865>

Martins, M., Henriqueto, S., & Martins, M. H. (2021). Resiliência, saúde percebida, bem-estar subjetivo e psicológico e suporte social em idosos institucionalizados e não-institucionalizados. *Psique*, 17(2). <https://doi.org/10.26619/2183-4806.xvii.2.2>

Martínez, R., & Díaz, M. T. (2006). Apoyo social y calidad de vida en personas mayores institucionalizadas. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 16(2), 102-111.

Papalia, D. E. & Martorell, G. (2022). *Desenvolvimento Humano* (14 ed.). Artmed
Park, N. S. (2009). The relationship of social engagement to psychological well-being of older adults in assisted living facilities. *Journal of Applied Gerontology*, 28(4), 461-481.

Paúl, C. (2005). Envelhecimento activo e redes de suporte social. <https://ojs.letras.up.pt/index.php/Sociologia/article/download/2392/2189/5634>

- Picanço, H. K., & Souza, J. C. P. (2021). A qualidade de vida de idosos residentes em uma instituição de longa permanência. *Ayvu: Revista de Psicologia*, 8. <https://doi.org/10.22409/ayvu.v8i>
- Pocinho, R., Gordo, S., Silva, S., Margarido, C., & Santos, R. (2023). Perspetivas para o cuidado seguro em centros de dia para pessoas idosas: Experiência em Portugal. *Seven Editora*, 124–130. <http://sevenpublicacoes.com.br/index.php/editora/article/view/1212>
- PORDATA. (2024). *Índice de envelhecimento na Europa*. <https://www.pordata.pt/europa/indice+de+envelhecimento-1609>
- Ratuchnei, E. S., Marquete, V. F., Prado, E., Costa, J. R., Seguraço, R., & Marcon, S. S. (2021). Qualidade de vida e risco de depressão em idosos institucionalizados. *Revista Pesquisa, Cuidado é Fundamental Online*, 13, 982-988. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v13.9752>
- Samartini, R. S., Okuno, M. F. P., Salles, D. M., Yamachi, C. Y., & Malinverni, A. C. M. (2023). Qualidade de vida do idoso após um ano de pandemia da COVID-19. *Revista Recien - Revista Científica De Enfermagem*, 13(41), 681–690. <https://doi.org/10.24276/rrecien2023.13.41.681-690>
- Santos, T. C. V. d., Ary, M. L. M. R. B., & Calheiros, D. dos S. (2021). Family bonds of institutionalized elderly. *Research, Society and Development*, 10(12), <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.20246>
- Scolari, G. A. d. S., Derhun, F. M., Rissardo, L. K., Baldissera, V. D. A., Radovanovic, C. A. T., & Carreira, L. (2020). Participation in the coexistence center for elderly: Repercussions and challenges. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(3). <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0226>
- Simeão, S. F. d. A. P., Martins, G. A. d. L., Gatti, M. A. N., Conti, M. H. S. D., Vitta, A. D., & Marta, S. N. (2018). Estudo comparativo da qualidade de vida de idosos asilados e frequentadores do centro dia. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(11), 3923–3934. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182311.21742016>
- Villas-Boas, S., Oliveira, A. L., Ramos, N., & Montero, I. (2018). Predictors of Quality of Life in Different Age Groups Across Adulthood. *Journal of Intergenerational Relationships*, 17(1), 42–57. <https://doi.org/10.1080/15350770.2018.1500330>