

## **PAPEL DA EDUCAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DO SUPORTE SOCIAL E NÍVEL DE SATISFAÇÃO COM A VIDA**

**Cunha, Lúcia**

*Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro - Portugal.*  
lucyflavius2@gmail.com

**Lopes, Marcelino de Sousa**

*Universidade Trás-os-Montes e Alto Douro*  
mlopes@utad.pt

**Pereira, Fernando**

*Universidade do Porto (CIIE)*  
fpereira@ipb.pt

**Palavras-chave:** inclusão, envelhecimento ativo, relações sociais, satisfação de vida, intervenção educativa.

### **1. Introdução**

Com este trabalho pretendemos realizar um estudo preliminar acerca do tema: *intervenção educativa e inclusão social dos idosos*. Procuramos testar a aplicação de dois instrumentos: o mapa mínimo de relações do idoso (MMRI) e uma escala de satisfação com a vida (ESV). Quisemos encontrar evidências empíricas acerca do tamanho da rede social (TRS), apurada através do MMRI, discriminando a importância do tipo de apoio (familiar, amigos, comunidade ou serviço social) e o tipo de contacto (visita, companhia, cuidado com a casa, cuidado pessoal, apoio financeiro); e evidências empíricas relativas à Escala de Satisfação com a Vida. Procuramos perceber indícios de possíveis correlações entre as dimensões apuradas:

- Relação entre o TRS e o nível de satisfação com a vida (NSV);
- Relação entre as variáveis sociodemográficas com o TRS e entre estas e o NSV;
- Relação entre o TRS e o tipo de apoio (familiar, amigos, comunidade ou serviço social) e o tipo de contacto (visita, companhia, cuidado com a casa, cuidado pessoal, apoio financeiro).

Pretendemos afinar as hipóteses de estudo e a aplicação dos instrumentos de recolha de dados, para posteriormente alargar o estudo. Também, quisemos aproveitar a oportunidade de participar neste encontro para suscitar a reflexão acerca da importância da animação sociocultural (ASC) como metodologia de intervenção educativa, para o desenvolvimento da rede de apoio social e o incremento da satisfação com a vida na população idosa.

### **2. Redes de apoio social e Satisfação com a Vida**

Domingues (2012) que se fundamenta em Fontes (2004) refere que rede não significa apenas um instrumento metodológico de análise de processos interativos, mas sim um conceito central na análise dos processos estruturadores da sociedade. A análise de redes sociais, como refere Domingues (2012), tem vindo a progredir a partir dos fundamentos emanados pela Psicologia Social de Jacob Levy Moreno, conhecido como o pai do Psicodrama, da Psicoterapia de Grupo e da Sociometria. Esta última, pode ser entendida como a medição de variáveis sociais, nomeadamente o grau de interação e vinculação entre indivíduos, permitindo visualizar o mapa de relações entre indivíduos. Esta análise permite produzir graficamente uma dimensão psicológica das relações sociais, ou seja “um mapa de relações”, um “sociograma” em que “os relacionamentos significativos são dispostos em vários círculos que simbolizam os diversos graus de relacionamento” (Domingues, 2012, p.176). Deste modo, compreendemos que o estudo da acessibilidade a recursos não pode ser dissociado da análise das redes sociais, as quais permitem compreender melhor os fenómenos organizacionais da sociedade e como contribuem para o capital social dos indivíduos.

Domingues (2012) fundamentando-se em Fontes (2004) refere que “o capital social é formado por três componentes: o número potencial de relações de apoio social, a extensão de ajuda, depende da intensidade da relação e dos recursos que permitem o acesso as relações” (p.176). Portes (2000) partindo da ideia que o capital social está ligado à motivação de terceiros para concederem recursos e independentemente do tipo de motivação, altruísta ou instrumental, afirma que “para possuir capital social, um indivíduo precisa de se relacionar com outros, e são estes — não o próprio — a verdadeira

fonte dos seus benefícios” (p.138). Domingues (2012) apoiando-se em Caillé (2002) admite que as relações sociais podem ser caracterizadas pelo tipo de vínculo, forte ou fraco, e deste vai depender o tipo de sociabilidade estabelecida, da qual dependerá a mobilização de recursos, ou seja, “laços fortes são mais funcionais à mobilização de recursos” e geralmente estes são da “esfera pessoal” (p.176).

Por sua vez Paúl (2005) procura encontrar uma relação entre redes sociais e os resultados de envelhecimento em termos de saúde, bem-estar e participação social. Referindo-se a estudos próprios e de outros autores, não encontra associação significativa entre as redes de suporte social e a satisfação de vida dos idosos, mas antes com a qualidade de vida; a autora sugere que a satisfação de vida está mais associada a uma dimensão psicológica do que a fatores externos. Esta autora concebe o apoio social em três vertentes: “integração social”; “apoio recebido” e “apoio percebido” (p.277), sendo que o MMRI está focado nesta última.

### **3. Educação social (ES) e Animação Sociocultural (ASC) na promoção da rede de suporte social**

Delors (2010), no prefácio ao Relatório da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI para a UNESCO (1996), considera que as políticas educativas desempenham um papel fundamental no “saber fazer”, ou seja no como educar, mas acima de tudo são “um recurso privilegiado de construção da própria pessoa, além das relações entre indivíduos, grupos e nações” (p.6).

Numa perscrutação sumária das teorias da educação, compreendemos, tal como Bertrand (1991), que as mesmas contêm “o ângulo de visão de quem as propõe” e que, no fundo, trata-se de “uma seleção pessoal de um investigador” que “constrói uma representação da realidade educativa” (p.11). Este autor cita Carl Rogers defendendo que “é o educando que constrói os conhecimentos em função dos seus interesses” e apoia-se em Adler e Domenach que enfatizam o papel da educação na transmissão de “cultura geral” (p.11). Bertrand faz uma descrição das teorias dominantes e propõe a seguinte categorização: espiritualistas, personalistas, psicocognitivas, tecnológicas, sociocognitivas, sociais e académicas. Partindo desta classificação, consideramos que há teorias e visões que focalizam a educação com o mesmo enfoque que nós a vemos e na mesma linha de Delors, embora a educação não seja o “remédio miraculoso” (p.5) será certamente, como aborda Bertrand (1991), a forma do indivíduo se ultrapassar e se elevar a um nível espiritual, segundo as teorias espiritualistas, uma via para libertar e autonomizar a pessoa, como defendem as teorias personalistas. Por outro lado, tal como Bertrand (1991), consideramos que há indubitavelmente no processo educativo a implicação de processos psicocognitivos complexos “responsáveis pelas relações funcionais entre a organização do meio e os comportamentos do ser humano” (p.17), como defendem as teorias psicocognitivas. Ainda na linha de pensamento de (Bertrand, 1991), estamos ainda cientes que a sociedade tem um papel fundamental nas mudanças da educação, esta interação inevitável entre educação e sociedade leva-nos a acreditar que a construção do conhecimento deve ser fundamentada pelos valores culturais e deve ser construída em cooperação, como referem as teorias sociocognitivas e mais, tal como referem estas teorias, as transformações que devem ocorrer na educação podem levar “às propostas de mudança radical da sociedade” (p.18).

Em suma, partimos da ideia que a educação tem um papel fundamental na inclusão social dos idosos e assinalar o seu papel fundamental na construção e desenvolvimento integral do ser humano. No fundo, queremos trazer para este encontro uma questão fundamental: *Como educadores, o que estamos a fazer para ensinar a viver? Em que medida estamos a promover o desenvolvimento do ser humano para a vivência de uma vida ativa?* Não nos preocupa preparar o ser humano para a vivência de uma velhice feliz, mas contribuir para o desenvolvimento do ser humano para uma vida harmoniosa, da qual fazem as várias etapas do ciclo de vida, incluindo a última, tal como nos ensinam Baltes (2001) e Erikson (1972).

Por outro lado, encontramos na Pedagogia Social o campo onde se inscreve a intervenção socioeducativa que julgamos pertinente neste contexto, pois partindo da noção de Soriano Diaz (2006) a pedagogia social pressupõe o aprofundamento do conhecimento sobre os seres humanos e o desenrolar de uma ação sobre os mesmos, quer “em situação normalizada como em situação de conflito e necessidade” (p. 92). A noção de pedagogia social mais difundida é a de prática de aprendizagem social que tem como objetivo a inclusão e a supressão de necessidades humanas, como referem por exemplo Baptista (2011) e Soriano Diaz (2006). Soriano Diaz (2006) reforça ainda que o “indivíduo socializa-se dentro e fora da instituição escolar e, por isso, a educação social deve efetuar-se em todos os contextos nos quais se desenvolve a vida do ser humano” (p.92).

Pensamos que a Animação Sociocultural (ASC) constitui o campo privilegiado de intervenção socioeducativa que se inscreve no campo teórico da Pedagogia Social, como refere Baptista (2011). Embora esta autora proponha alguns argumentos que evidenciem a ligação entre a Educação Social (ES) e a ASC, consideramos que a ASC como metodologia de intervenção tem características próprias, embora não exclusivas, enquanto prática social e terá um contributo significativo na resolução destas questões sociais. Aguilar Idáñez (2011), ao procurar fazer uma reflexão sobre as fronteiras entre a ASC e o trabalho Social, conclui que “a ASC está a passar a ser considerada pela maioria dos autores (...) como uma função profissional ou uma metodologia transversal de intervenção socioeducativa ou sociocultural que pode ser utilizada em diversos âmbitos de intervenção ou ação social” (p.48).

Lopes (2006) diz que existe várias definições de ASC e aponta a sua “pluralidade conceptual” que advém “da complexidade e da riqueza do fenómeno” e, portanto, não poderá haver uma definição “unívoca, necessariamente redutora e parcial, sobretudo quando tem a pretensão de fixar o que, por natureza, é infixável” (p.136). Lopes (2006) apura que as definições têm subjacente objetivos que são expressões através das seguintes menções: “processo de consciencialização”; “desenvolvimento e autodesenvolvimento”; “participação”; “transformação”; “metodologia activa/método”; “conjunto de práticas”; “intervenção”; “estímulo”; e “conjunto de técnicas” (p.144).

A abordagem do idoso como ator social não pode ser desligada da perspetiva de sujeito com características individuais que o torna tão singular como qualquer outro. Contudo o facto de pertencer a uma determinada faixa etária contribui para que este grupo de atores sociais tenha algumas especificidades biopsicossociais, como referem diversos autores (Pereira, 2012; Fonseca, 2007; Paúl, 1997) nomeadamente: a tendência para a diminuição da sua rede de relações sociais, uma maior disponibilidade de tempo livre, o descomprometimento com algumas das suas responsabilidades sociais inerentes à vida ativa, limitações devidas ao envelhecimento primário e/ou secundário, grupo possuidor de um capital de conhecimento e de experiência de vida que importa preservar, entre outros. Todos estes aspetos podem ser facilmente considerados em processos de intervenção da ASC. Assim, a ASC permite compreender e intervir na realidade social que vamos estudar na medida em que a percebe considerando alguns aspetos essenciais na abordagem aos idosos e ao envelhecimento, designadamente: envelhecimento ativo, intergeracionalidade, educação ao longo de todo o ciclo de vida, inclusão social entre outros. Diversos autores no âmbito da ASC enraízam as suas estratégias de intervenção nesta população tendo em conta estes aspetos, com o fim de contribuir para o bem-estar dos idosos nomeadamente Gómez Garcia (2013), Sáez Carreras (1997), Ruiz Delgado (1995), entre outros.

Mas, para além desta posição da ASC na abordagem aos idosos interessa-nos neste âmbito lançar a discussão as suas potencialidades como metodologia ao serviço do desenvolvimento integral do ser humano em perspetiva de uma vida ativa, integrado socialmente, de certo modo na prevenção deste problema.

#### **4. Metodologia**

Para caracterizar a rede de suporte social será aplicado o MMRI que procura saber a composição e proximidade das relações, bem como as funções desempenhadas pelos membros dessa rede (Domingues 2012). Este instrumento permite avaliar através de um gráfico composto por três círculos concêntricos, divididos em quatro quadrantes, a frequência com que os aspetos investigados ocorrem (círculos) e os tipos de relacionamentos mencionados (quadrantes): família, amigos, comunidade e relacionamentos com profissionais do sistema social ou da saúde. O NSV foi avaliado através da aplicação da escala de satisfação com a vida, validada para a população portuguesa de Simões (1992).

#### **5. Resultados**

O estudo prevê a realização de 60 entrevistas. Os resultados aqui apresentados dizem respeito às primeiras 27 entrevistas, sublinhamos por isso o caráter exploratório do estudo e a prudência com que os resultados devem lidos e interpretados. Este facto também limita a análise estatística dos mesmos, algo que será ultrapassado com o aumento da dimensão da amostra. Responderam às questões colocadas na entrevista sempre os próprios idosos.

Os principais dados sociodemográficos dos idosos da amostra encontram-se sintetizados na tabela nº 1. A média de idades é de 76,44 anos; a pessoa mais jovem tem 65 anos e a mais idosa 95 anos. A maioria dos entrevistados é do sexo feminino (70,4%); 44,4% são casados, 37% viúvos. Um

pouco mais de um terço (37%) vive só, os restantes vivem com o cônjuge a maior parte e em menor expressão com os filhos e/ou netos; há ainda dois casos que vive com um cuidador/empregada. Quanto ao tipo de habitação a maior parte dos entrevistados mora numa moradia, 59,3% e na maior parte a habitação é própria (74,1%). A média de anos que os idosos vivem no local de morada é de 26 anos. Contudo existem entrevistados que moram no mesmo local desde que nasceram, como os que se mudaram recentemente, portanto encontramos valores mínimos de 2 anos e o máximo de 86 anos. No que respeita ao nível de escolaridade a maioria (70,4%) dos entrevistados tem o 1.º ciclo do ensino básico. Quanto à fonte de rendimento, a maior parte dos entrevistados vive da pensão de reforma (77,8%).

**Tabela nº 1 – Principais dados sociodemográficos dos idosos da amostra**

<b>Idade (média de idades)</b>	<b>76,44</b>	<b>-</b>
	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Género:</b>		
Feminino	19	70,4
Masculino	8	29,6
<b>Estado Civil:</b>		
Solteiro	3	11,1
Casado/União de Facto	12	44,4
Viúvo	10	37,0
Divorciado/Separado	2	7,4
<b>Agregado:</b>		
Vive só	10	37,0
Vive c/ companheiro(a)	8	29,6
Vive c/ filhos(as)	2	7,4
Vive c/ outros	2	7,4
Vive c/ companheiro + filhos	3	11,1
Vive c/ filhos + outros	2	7,4
<b>Tipo de Habitação:</b>		
Rural/Tradicional	2	7,4
Apartamento	9	33,3
Moradia	16	59,3
<b>Vínculo da Habitação:</b>		
Própria	20	74,1
Arrendada	7	25,9
<b>Escolaridade:</b>		
Não sabe ler e/ou escrever	1	3,7
Sabe ler e/ou escrever mas sem ensino básico	1	3,7
Ensino básico 1º ciclo	19	70,4
Ensino básico 2º ciclo	3	11,1
Ensino básico 3º ciclo	1	3,7
Ensino superior	2	7,4
<b>Fontes de Rendimentos:</b>		
Pensão de reforma	21	77,8
Rendimentos profissionais	1	3,7
Pensão viuvez	1	3,7
Outros	3	11,1
Rendimentos profissionais + pensão de viuvez	1	3,7

Passando ao estudo da rede social e da satisfação com a vida os principais resultados estão expressos na tabela nº 2. O primeiro facto a destacar é o tamanho considerável da rede social. Em média estes idosos contactam com 18,70 indivíduos sendo que grande parte desta rede social é de origem familiar (12,85 indivíduos de contacto); destaca-se o baixo contributo da rede dos amigos (4,74) e o praticamente inexistente contributo da comunidade e serviços sociais. Quanto ao tipo de contacto os mais representativos são as visitas e os contatos para companhia, respetivamente 7,30 e 5,93; contactos para cuidados com a casa, cuidados pessoais e apoio financeiro apresentam menor expressão. No que concerne à frequência dos contactos predomina o semanal, facto torna mais densa a rede de suporte social.

Tabela 2 – Tamanho da TRS e níveis da ESV

	Mínimo	Máximo	Média
TRStotal	8	40	18,70
TRScfamlia	2	31	12,85
TRScamigos	0	13	4,74
TRScomunidade	0	4	1,04
TRScsocial	0	1	,07
TRScvisitas	0	20	7,30
TRSccompanhia	0	25	5,93
TRSccasa	0	5	2,07
TRScpessoais	0	5	1,96
TRScfinanceiro	0	5	1,44
TRScsemanal	2	26	11,70
TRScmensal	0	10	3,04
TRScanual	0	12	3,96
ESV- A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria o que ela fosse	1	5	3,59
ESV- As condições de vida são muito boas	1	5	3,63
ESV- Estou satisfeito com a vida	2	5	3,89
ESV- Até agora tenho conseguido as coisas importantes da vida, que eu desejaria	1	5	3,67
ESV-SE pudesse recomeçar a minha vida não mudaria quase nada	1	5	3,85
ESV-Total	8	25	18,63

Tabela nº 3 – Diferenças de médias e teste F dos valores TRS e ESV, em relação às variáveis sociodemográficas

	ESVtotal	TRStotal
Género:		
Feminino	18,53	19,42
Masculino	18,88	17,00
F-Teste (significância)	$p=0,875$	$p=0,428$
Estado Civil:		
Solteiro	21,00	17,00
Casado/União de Facto	19,50	18,92
Viúvo	17,90	20,80
Divorciado/Separado	13,50	9,50
F-Teste (significância)	$p=0,376$	$p=0,221$
Agregado:		
Vive só	18,60	16,60
Vive acompanhado	18,65	19,94
F-Teste (significância)	$p=0,982$	$p=0,243$
Tipo de Habitação:		
Rural/Tradicional	17,00	16,00
Apartamento	17,67	19,78
Moradia	19,38	18,44
F-Teste (significância)	$p=0,667$	$p=0,784$
Vínculo da Habitação:		
Própria	18,45	19,55
Arrendade	19,14	16,29
F-Teste (significância)	$p=0,764$	$p=0,303$
Escolaridade:		
Não sabe ler e/ou escrever	10,00	27,00
Sabe ler e/ou escrever mas sem ensino básico	24,00	12,00
Ensino básico 1º ciclo	18,37	18,37
Ensino básico 2º ciclo	20,33	21,00
Ensino básico 3º ciclo	23,00	19,00
Ensino superior	18,00	17,50
F-Teste (significância)	$p=0,428$	$p=0,784$
Fontes de Rendimentos:		
Pensão de reforma	18,52	19,33
Rendimentos profissionais	25,00	13,00
Pensão viuvez	24,00	18,00
Outros	16,33	18,67
Rendimentos profissionais + pensão de viuvez	16,00	12,00
F-Teste (significância)	$p=0,499$	$p=0,813$

Finalmente procurou-se estudar a relação entre o tamanho da rede social e o nível de satisfação com a vida (tabela nº 4). Como se pode observar não existe uma correlação entre as duas variáveis em estudo.

Tabela nº 4 – Correlações (Spearman's rho) entre a TRS e a ESV

Coefficiente de correlação (Spearman's rho)	TRStotal	TRS Família	TRS Amigos	TRS Comunidade	TRS Serviço social	TRS Visitas	TRS Companhia	TRS Cuidados c/ casa	TRS Cuidados pessoais	TRS Apoio financeiro	TRS Semanal	TRS Mensal	TRS Anual	ESVtotal
TRStotal	1,000	,786**	,216	,460*	,036	,602**	,553**	,178	,314	,542**	,789**	,311	,423*	-,094
TRSFamília		1,000	-,374	,096	,137	,529**	,323	,146	,135	,446*	,585**	,259	,425*	-,162
TRSamigos			1,000	,466*	-,137	,099	,312	-,220	,071	,129	,167	,072	,112	,125
TRScunidade				1,000	,010	,227	,407*	,066	,395*	-,004	,565**	,151	,020	,176
TRSSsocial					1,000	-,046	,037	,067	,078	,066	,055	,018	,257	-,110
TRSVsitas						1,000	-,160	-,184	-,182	-,038	,392*	,315	,311	,194
TRScmpañhia							1,000	,128	,432*	,501**	,473*	,255	,238	-,285
TRSccasa								1,000	,373	-,020	,265	-,074	-,216	-,236
TRScpessoais									1,000	,219	,528**	-,287	,099	-,131
TRSAfinanceiro										1,000	,392*	-,073	,352	-,149
TRSSsemanal											1,000	-,132	,053	,120
TRSMensal												1,000	,055	-,254
TRSanual													1,000	-,221
ESVtotal														1,000

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Como se pode observar não existe uma correlação entre as duas variáveis em estudo. Quanto às correlações entre o TRS e o quadrante da rede social (familiar, amigos, comunidade ou serviço social) e o tipo de contacto (visita, companhia, cuidado com a casa, cuidado pessoal, apoio financeiro, existe uma correlação muito significativa entre: o TRStotal e o TRSfamiliar (0,786\*\*); o TRStotal e o TRSvisitas (0,0602\*\*); o TRStotal e o TRScmpañhia (0,553\*\*); o TRSAfinanceiro (0,542\*\*); o TRStotal e o TRSSsemanal (0,789\*\*). Ou seja, a rede social é predominantemente constituída por familiares, para efeitos de visitas, companhia e apoio financeiro e com uma frequência semanal.

## 6. Considerações finais

Do ponto de vista dos idosos, a rede de apoio social é efetivamente constituída maioritariamente pela família. Os idosos consideram que podem contar essencialmente com a família e em segundo lugar com os amigos. Surpreende-nos o papel menor da rede de amigos e o papel praticamente nulo da comunidade e dos serviços sociais.

As tarefas relacionadas com os cuidados com a casa, cuidados pessoais e o apoio financeiro são os itens para os quais há menos pessoas com quem o idoso pode contar. Estes dados são consistentes com o referenciado em vários estudos (Fonseca, Paúl, Martín y Amado, 2007; Sousa, Figueiredo, y Cerqueira, 2004).

Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis sociodemográficas e o TRS e ESV. Também não encontramos uma correlação entre o TRS e o ESV. Embora estes dados sejam compagináveis com outros estudos (Paúl, 2005), pensamos que a mostra não é suficientemente grande para termos dados conclusivos. Em complementaridade achamos pertinente avançar com alguma informação de natureza qualitativa que emergiu naturalmente no momento da entrevista. Alguns idosos, apesar de referirem um considerável número de contactos, revelavam-se inconformados com a vida devido a perdas afetivas significativas, como o luto pelo companheiro, ou pelos filhos, pelo facto de serem os filhos a partirem antes dos pais e partirem jovens. Alguns idosos não estavam satisfeitos com a qualidade dos contactos, "veem-me ver mas não se interessam por mim", referiam alguns idosos. Outros idosos viviam rodeados de familiares com graves questões financeiras, sendo os idosos o apoio desses familiares, revelando insatisfação com a vida porque os filhos não "estavam arrumados". Noutros casos, alguns idosos, apesar de terem

escassos meios financeiros demonstravam-se muito satisfeitos por estarem rodeados de poucos familiares mas com quem tinham relações de qualidade e muito positivas, “o meu neto faz tudo por mim”, “a minha neta dá-me muita alegria”.

Como reflexão final gostaríamos de sublinhar que a educação tem um papel importante na reinvenção do indivíduo e na construção e reconstrução contínua de redes de suporte sociais. Isto vai de encontro à ideia de vida ativa em que o indivíduo se constrói numa dupla perspetiva para dentro (para si) e para fora (para os outros), em que, sem perder a individualidade, realiza um processo de construção de si projetado para o “mundo”, numa perspetiva de evolução humana conjunta e harmoniosa. Assim, o indivíduo deve potenciar a sua rede social, deve promover o seu envolvimento nas causas comuns contrariando o isolamento e solidão. A ASC pode através da prática promover o desenvolvimento de competências individuais que permitem ao indivíduo adquirir a capacidade de se adaptar através de processos de constante reinvenção e superação; assim como, pode contribuir para aumentar a eficácia das estruturas comunitárias e públicas no suporte social aos idosos.

## **7. Referências Bibliográficas**

- Aguillar Idañes, M. (2011). ASC e o trabalho Social. In J. Lima Pereira y M. De Sousa Lopes (Coord.). *As Fronteiras da ASC* (pp. 43-56). Chaves: Intervenção.
- Baltes, P. y Mayer, K. (2001). *The Berlin Aging Study: Aging from 70 to 100* (1 ed.). Cambridge: University Press.
- Baptista, I. (2011). A ASC e Educação Social. In J. Lima Pereira y M. De Sousa Lopes (Coord.) *As Fronteiras da ASC*, (pp. 35-41).Chaves, Intervenção.
- Bertrand, Yves (1991). *Teorias Contemporâneas da Educação*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Delors, J. (2010). *Educação um tesouro a descobrir – Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre a Educação para Seculo XXI*. Brasilia: Faber-castell.
- Domingues, M. (2012). Mapa Mínimo de Relações do Idoso: uma ferramenta para avaliar a rede de suporte social. In F. Pereira (Coord.) *Teoria e Prática da Gerontologia – Um guia para cuidadores de idosos*. (pp. 175-186). Viseu: Psicosoma.
- Erikson, E. (1972). *Identidade, Juventude e Risco* (Z. Editores Ed.). Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Figueiredo, C. (2013). Muito iguais, inteiramente diferentes. In J. Lima Pereira, M. De Sousa Lopes e T. Moreira Rodrigues (Coord.). *Animação Sociocultural, Gerontologia e Geriatria: A Intervenção social, cultural e educativa na Terceira Idade*, (pp. 223-231). Chaves: Intervenção.
- Fonseca, A. (2006). O Envelhecimento. Algumas questões éticas. *Cadernos de Bioética*, 40, 105-121.
- , Paúl, C., Martin, I., y Amado, J. (2007). Condição Psicológica de Idosos Rurais numa Aldeia do Interior de Portugal: Um Estudo de Caso. In *Atas do II Congresso de Estudos Rurais – Periferias e Espaços Rurais*, Angra do Heroísmo.
- Gómez Garcia, L. (2013). “A construção da cidadania como um eixo estratégico da Animação Sociocultural das Pessoas Idosas” In J. Lima Pereira, M. De Sousa Lopes e T. Moreira Rodrigues (Coord.). *Animação Sociocultural, Gerontologia e Geriatria: A Intervenção social, cultural e educativa na Terceira Idade*. (pp.197-208). Chaves: Intervenção.
- Lopes, M. (2006). *Animação Sociocultural em Portugal: Perspetiva Histórica de 1974 a 1999*. Unpublished doctoral dissertation, Universidade de Salamanca: Salamanca.
- Paúl, C. (2005). Envelhecimento ativo e redes de suporte social. *Sociologia*, 15, 275-287.
- (1997). *Lá para o fim da vida. Idosos, Família e Meio Ambiente*. Coimbra: Edições Almedina.
- Pereira, F. (2012). A Ideia de Vida Ativa. In F. Pereira (Coord.) *Teoria e Prática da Gerontologia – Um guia para cuidadores de idosos*. (pp.208-2013) Viseu: Psicosoma.
- Portes, A. (2000). Capital Social: Origens e Aplicações na Sociologia Contemporânea. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 33, Oeiras set. 2000.
- Ruiz Delgado, B. (1995). Fomentando una percepción positiva del anciano: la educación y la tercera idade. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitária*, 12, 23-37.
- Saez Carreras, Juan (1997). *La Tercera Edad – Animación Sociocultural*. Madrid: Dykinson.

- Salgado, L. (2013). "A importância social do idoso: um outro modo de encarar os sêniores" In J. Lima Pereira, M. De Sousa Lopes e T. Moreira Rodrigues (Coord.) *Animação Sociocultural, Gerontologia e Geriatria: A Intervenção social, cultural e educativa na Terceira Idade*. (p p 355-361). Chaves: Intervenção.
- Simões, A. (1992). Ulterior validação de uma escala de satisfação com a vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*. Ano XXVI, 3, 503-515.
- Soriano Díaz, A. (2006). Uma Aproximação à Pedagogia-Educação Social. *Revista Lusófona de Educação*, 7, 91-104.
- Sousa, L., Figueiredo, D., y Cerqueira, M. (2004). *Envelhecer em família: os cuidados familiares na velhice*. Porto: Âmbar.