VOLUME 8

RIAGE
REVISTA IBERO-AMERICANA DE GERONTOLOGIA

Perceção dos idosos residentes em estruturas residenciais para pessoas idosas das qualidades dos espaços exteriores

Perception of Older Adults Living in Residential Care Facilities for Older People Regarding the Qualities of Outdoor Spaces

Helena Bernardo[1], Liliana Sousa[1,2], Aida Figueiredo[1]

1 - Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal
2- RISE-Health, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal
Corresponding author: helenabernardo19@ua.pt

Informação do artigo
Recebido: 30/09/2025
Revisto: 10/11/2025
Aceite: 23/11/2025

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International

RESUMO

Pessoas idosas sobretudo muito dependentes e/ou com comprometimento cognitivo tendem a viver em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas. Tendo como referencial teórico a Teoria da Perceção Ecológica de Gibson, o objetivo deste estudo foi explorar a perceção dos idosos das qualidades dos espaços exteriores das instituições em que residem e comunidade próxima, nomeadamente: (i) identificar a frequência da utilização dos espaços exteriores das instituições e/ou da comunidade próxima; (ii) compreender os facilitadores e obstáculos de acesso ao espaço exterior; (iii) identificar áreas dos espaços exteriores preferidas e significado funcional/oportunidades de ação; (iv) identificar a integração de outras possíveis qualidades nos espaços exteriores das instituições e/ou na comunidade próxima. Sete participantes foram recrutados de duas instituições, com os seguintes critérios de inclusão: residir na instituição há mais de um ano; idade entre os 75 e 84 anos; compreender e comunicar verbalmente e ser capaz de dar consentimento informado. Aos participantes aplicaram-se o Índice de Barthel e um questionário sociodemográfico e realizaram-se walking interviews, com registo fotográfico das áreas preferidas. Os principais resultados indicam que os participantes percecionavam nos espaços preferenciais diversas oportunidades de ação, designadamente estimulação sensorial, interação social, atividade física e descanso/repouso, continuidade de vivências anteriores, através da evocação de memórias e emoções significativas, e sensação de continuidade com o mundo externo. Quanto às limitações, salienta-se o reduzido número de participantes e a

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.435

delimitação da idade da população-alvo. Como estudos futuros, sugere-se a entrevista aos diretores técnicos, para investigar a integração da continuidade interior-exterior no quotidiano das instituições.

Palavras-chave: espaços exteriores; affordances; população idosa; estrutura residencial para pessoas idosas (ERPI)

ABSTRACT

Older adults, particularly those who are highly dependent and/or with cognitive impairment, tend to live in Residential Care Facilities for Older People. Using Gibson's Theory of Ecological Perception as the theoretical framework, this study aimed to explore older adults' perceptions of the qualities of the outdoor spaces of the institutions where they reside and of the surrounding community. Specifically, the objectives were to: (i) identify the frequency of use of the institutions' outdoor spaces and/or those of the surrounding community; (ii) understand facilitators and barriers to access to outdoor spaces; (iii) identify preferred outdoor areas and their functional meaning/action opportunities; and (iv) identify the integration of other possible qualities in the outdoor spaces of the institutions and/or the surrounding community.

Seven participants were recruited from two institutions, according to the following inclusion criteria: residence in the institution for more than one year; age between 75 and 84 years; ability to understand and communicate verbally; and capacity to provide informed consent. The Barthel Index and a sociodemographic questionnaire were administered, and walking interviews were conducted, with photographic records of preferred areas.

The main results indicate that participants perceived various opportunities for action in their preferred spaces, namely sensory stimulation, social interaction, physical activity and rest/relaxation, continuity of previous life experiences through the evocation of meaningful memories and emotions, and a sense of continuity with the outside world. Limitations include the small number of participants and the restricted age range of the target population. For future studies, interviews with technical directors are suggested in order to investigate the integration of indoor–outdoor continuity in the daily life of institutions.

Keywords: outdoor spaces; affordances; older population; residential care facility for older people (RCFOP)

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenómeno mundial, de que Portugal faz parte (Azevedo et al., 2022). Em 2022, Portugal era o segundo país europeu mais envelhecido, com um índice de envelhecimento de 185.3, isto é, por cada 100 jovens existiam 185 adultos com 65 ou mais anos de idade (PORDATA, 2023). Ao longo do ciclo vital de cada indivíduo verifica-se a progressiva modificação biopsicossocial, processo denominado como envelhecimento individual e influenciado por fatores biológicos, sociais, económicos, ambientais e histórico-culturais (Azevedo et al., 2022; Organização Mundial de Saúde [OMS], 2015).

Segundo a vigente filosofia da OMS (2015), o envelhecimento saudável é o processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional que contribui para o bem-estar da população idosa e engloba os seguintes domínios: 1) capacidade de satisfazer as necessidades básicas; 2) capacidade de aprender, crescer e tomar decisões; 3) mobilidade; 4) capacidade de construir e manter relações; 5) capacidade de contribuir (OMS, 2020). A capacidade funcional resulta da interação capacidades intrínsecas pessoais e ambiente (OMS, 2020). A capacidade intrínseca refere-se às aptidões físicas e mentais que o sujeito utiliza, nomeadamente, ouvir, deambular e refletir, e é influenciada por doenças e alterações que advêm com o avançar da idade cronológica. O ambiente inclui espaços físicos de casa e comunidade e fatores sociais como valores, políticas sociais e sistemas de apoio (OMS, 2015). Assim, o envelhecimento saudável decorre dos hábitos de vida, do suporte e das oportunidades propiciadas pela sociedade para a manutenção da funcionalidade dos idosos e, por consequente, possibilita que estes experienciem o que valorizam (DGS, 2017).

A promoção do envelhecimento saudável envolve melhorar a qualidade de vida, que representa a avaliação do sujeito quanto à sua posição de vida, no contexto cultural em que se insere e face aos seus objetivos, preocupações, padrões e expectativas, no decorrer do seu ciclo vital. É um construto multidimensional e subjetivo que integra a avaliação da saúde física e psicológica, nível de independência, qualidade da rede de suporte social, crenças pessoais e relações com as características ambientais (Azevedo et al., 2022; DGS, 2006). Quanto às mudanças inerentes ao envelhecimento, a implementação de medidas que permitam capacitar os idosos na preservação da independência, conforme as suas necessidades e competências, influencia positivamente a qualidade de vida da população idosa (Azevedo et al., 2022).

A Teoria da Perceção Ecológica visa explanar como o ser humano perceciona e define o ambiente envolvente, através de uma perspetiva relacional entre comportamento humano e elementos do ambiente (Gibson, 1986). Por sua vez, a interação indivíduo-ambiente, caracterizada como dinâmica, fundamenta-se numa relação de reciprocidade entre perceção e ação. Primeiramente, o ambiente detém informação a ser percecionada pelo organismo, como oportunidades e recursos para a ação; posteriormente, este procede conforme as oportunidades de ação presentes no contexto, com impacto no ambiente, e depara-se com novas informações, as quais, ao serem objetivo de perceção, poderão principiar uma nova ação; e assim sucessivamente (Gibson & Pick, 2000). Estas informações ambientais, denominadas como *affordances*, representam as possibilidades de ação que um dado ambiente propicia a um determinado organismo e cuja deteção depende de fatores pessoais, sociais, culturais, meteorológicos e dos constituintes invariáveis das *affordances* (como a estrutura e a densidade de um objeto) (Gibson, 1986; Jenkins, 2008). Ademais, a atribuição de significado é pessoal e a ulterior utilização das *affordances* ocorre quando as oportunidades de ação vão ao encontro dos interesses, necessidades e capacidades individuais (Gibson & Pick, 2000).

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.435

Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas

As Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI's) são um tipo de resposta social destinado ao alojamento, transitório ou permanente, de idosos (Instituto da Segurança Social [ISS], 2017). Por conseguinte, o ambiente físico das ERPI's tem sido objeto de estudo e os resultados científicos têm demonstrado a sua influência na saúde física, qualidade de vida e comportamento dos residentes (Potter et al., 2018).

Deste modo, torna-se pertinente analisar as necessidades e preferências da população idosa quanto aos espaços exteriores das ERPI's, e qual a sua perceção das oportunidades de ação que os espaços existentes promovem, de modo a proporcionar uma maior utilização dos espaços exteriores e, por conseguinte, contribuir para a projeção de ERPI's com uma maior eficácia na promoção da qualidade de vida dos residentes (Bardenhagen & Rodiek, 2016). O estudo realizado por Oguz e colaboradores (2010) centrou-se nas preferências de idosos relativas aos espaços exteriores das ERPI's. Os principais resultados indicam que os participantes mostram preferência pelo contacto com a natureza e ambientes naturais, incluindo elementos hídricos e verdes, sendo a sua utilização motivada pela necessidade de interação social. De referir que os participantes dedicavam a maioria do tempo a observar a paisagem e a efetuar caminhadas. Potter e colaboradores (2018) corroboram estes resultados, constatando que os idosos gostam de contactar com a natureza, alegando motivos de ordem social, uma vez que lhes permite a partilha de experiências de vida com outros residentes. As áreas verdes e os espaços exteriores contribuem para um sentimento de pertença, ao estimularem o contacto social, e potenciam a sensação de continuidade dos residentes com a realidade exterior à ERPI (Clark et al., 2013; van den Berg et al., 2020).

Este estudo visa conhecer a perceção dos idosos das qualidades dos espaços exteriores das ERPI's em que residem. Os objetivos específicos são: 1) identificar a frequência da utilização dos espaços exteriores das ERPI's e/ou da comunidade próxima pelos residentes; 2) compreender os facilitadores e obstáculos de acesso ao espaço exterior das ERPI's e/ou da comunidade próxima; 3) identificar áreas dos espaços exteriores, ERPI ou comunidade, preferidas pela população idosa residente nas ERPI's e respetiva atribuição de significado e oportunidades de ação; 4) identificar, na perspetiva desta população, outras possíveis qualidades dos espaços exteriores das ERPI's e/ou da comunidade próxima.

METODOLOGIA

Este estudo é de natureza qualitativa, exploratória e de casos múltiplos. Os participantes foram recrutados de duas ERPI's, instituição A e B, respeitando os critérios de inclusão: 1) residir na ERPI há mais de um ano; 2) idade entre os 75 e 84 anos; 3) compreender e comunicar verbalmente; 4) encontrar-se capaz de providenciar o consentimento informado. Como critério de exclusão determinou-se a presença de défice cognitivo, utilizando para o efeito os resultados do teste Mini Avaliação Cognitiva (Mini-Cog; Borson et al., 2000). A escolha das duas ERPI's incidiu na existência de espaço exterior, tendo a instituição A uma

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.435

maior área, com zona de ginásio, uma pequena horta e uma área de lazer compreendendo bancos, e a instituição B uma menor área, com alguns bancos dispersos e uma zona de jardim.

Instrumentos

Mini-Cog. É um teste de rastreio cognitivo rápido (Borson et al., 2000). A pontuação total varia entre zero e cinco, classificando-se do seguinte modo: 3 palavras recordadas = negativo para défice cognitivo; 1 – 2 palavras recordadas + relógio normal = negativo para défice cognitivo; 1 – 2 palavras recordadas + relógio anormal = positivo para défice cognitivo; zero palavras recordadas = positivo para défice cognitivo (McCarten et al., 2012).

Questionário Sociodemográfico. Recolha de dados pessoais e caracterizar os participantes: estado civil; grupo etário; sexo; tempo de residência na ERPI e habilitações académicas.

Avaliação subjetiva do estado de saúde. Questão única: "Globalmente, como avalia o seu estado de saúde?".

Capacidade e uso de espaços exteriores. Presença de condição pessoal que comprometa a deslocação aos espaços exteriores; e, espaço – da comunidade e/ou da instituição – e respetiva frequência de utilização.

Índice de Barthel. Avalia o nível de independência do sujeito na realização de dez atividades diárias (Mahoney & Barthel, 1965). Consoante a pontuação total, calculado pelo somatório dos itens, o grau de dependência pode ser classificado como: muito grave (< 20 pontos), grave (≥ 20 e ≤ 40 pontos), moderado (> 40 e ≤ 60 pontos), ligeiro (> 60 pontos) e independente (= 100 pontos) (Torres, 2016).

Walking Interviews. Técnica de recolha de informação, na qual os investigadores entrevistam os participantes enquanto caminham e promove a aquisição da diversidade de significados e práticas associados a um espaço físico (Carpiano, 2009).

Procedimento

Após emissão de parecer favorável do Regulamento Geral de Proteção de Dados (RGPD) e do Conselho de Ética e Deontologia (CED), o estudo foi apresentado aos diretores técnicos de cada ERPI, de modo a recrutarem numa primeira fase quatro a cinco idosos, conforme os critérios de inclusão e exclusão definidos. Seguidamente, ao iniciar a recolha, de forma individual e em sala com condições adequadas ao nível da iluminação, temperatura ambiente e privacidade, a responsável do estudo reuniu com os participantes e explanou os objetivos, a metodologia, os procedimentos éticos, os riscos e as implicações do estudo, recorrendo para o efeito a uma carta explicativa para obtenção de consentimento informado e esclarecimentos pontuais. Posteriormente, a cada participante aplicou-se o instrumento Mini-Cog, o Índice de Barthel e o questionário sociodemográfico. Por último, realizou-se as *walking interviews*, com recurso a anotações redigidas em notas de campo. No mesmo momento, solicitou-se o registo fotográfico de três áreas preferidas do espaço exterior das ERPI's e/ou da comunidade próxima. Todos os dados foram recolhidos pela responsável do estudo no seu computador, através da plataforma Forms.ua.pt. Após o registo das entrevistas, procedeu-se à análise de conteúdo, respeitando a sequência proposta por Bardin (2011): 1) pré-análise;

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.435

2) exploração dos dados; 3) tratamento, inferência e interpretação dos resultados.

RESULTADOS

Sete idosos foram recrutados pelos diretores técnicos, sendo que um participante pontuou positivo para défice cognitivo e foi excluído do estudo. No que concerne aos resultados da aplicação do instrumento do Índice de Barthel, três participantes eram independentes na realização das atividades básicas diárias (PA1, PA2 e PB1), dois cotaram para dependência moderada (PB2 e PB4) e um para dependência ligeira (PB3) (Tabela 1). Estes três últimos participantes utilizavam cadeiras de rodas.

Tabela 1 - *Participantes: Mini-Cog e Índice de Barthel*

Participante	Rastreio cognitivo	Nível de dependência
PA1	Negativo	100 – Independente
PA2	Negativo	100 – Independente
PB1	Negativo	100 – Independente
PB2	Negativo	45 – Moderado
PB3	Negativo	65 – Ligeiro
PB4	Negativo	55 – Moderado

Nota. P = Participante; A = Instituição A; B = Instituição B.

No que respeita à caracterização sociodemográfica dos participantes, três participantes eram do sexo feminino e três participantes do sexo masculino. Cinco pertenciam à faixa etária [80 - 84] anos e um à faixa etária [75 - 79] anos. Três participantes eram solteiros, um era viúvo, um casado e um divorciado. Dois participantes terminaram o 1.º Ciclo, um concluiu o Ensino Secundário e três tinham o grau de Licenciado. Três participantes residiam há quatro anos na ERPI, dois há um ano e um há três anos. Por fim, e relativamente à avaliação subjetiva do estado de saúde, dois participantes consideraram-no como muito bom e razoável, respetivamente, e quatro como bom (Tabela 2).

Tabela 2 - *Caracterização Sociodemográfica dos Participantes*

Participante	Sexo	Faixa etária	Estado civil	Habilitações académicas	ERPI	Tempo de residência	Avaliação subjetiva do estado de saúde
A1	M	[80 - 84] anos	Viúvo	1º Ciclo	A	4 anos	Bom
A2	F	[75 - 79] anos	Casado	Ensino Secundário	A	1 ano	Muito bom
B1	M	[80 - 84] anos	Solteiro	Licenciatura	B	3 anos	Bom
B2	F	[80 - 84] anos	Solteiro	Licenciatura	B	1 ano	Bom
B3	M	[80 - 84] anos	Solteiro	Licenciatura	B	4 anos	Bom
B4	F	[80 - 84] anos	Divorciado	1º Ciclo	B	4 anos	Razoável

Nota. M = Masculino; F = Feminino.

Quanto à identificação da frequência da utilização dos espaços exteriores das ERPI's e/ou da comunidade próxima (Tabela 3), verifica-se uma distribuição ampla da frequência da utilização dos espaços exteriores: dois referem não frequentar os espaços exteriores, um refere dois a três dias por semana, outro, quatro dias por semana e um participante frequenta os espaços exteriores todos os dias. De salientar a resposta de um participante que referiu "depende", com base nas condições meteorológicas: no inverno evita explorar o espaço exterior e no verão fá-lo dois a três dias por

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.435

semana. Os participantes que indicaram que não se deslocavam ao exterior, referiram que outrora o faziam diariamente, contudo, um participante evitava fazê-lo por indicação médica, dado que se encontrava em recuperação física, e o outro por preocupar-se com uma possível nova queda. No que se refere aos espaços utilizados, quatro participantes usufruíam do espaço exterior da instituição e da comunidade próxima, um participante desfrutava apenas do espaço da comunidade próxima e outro do espaço exterior da ERPI.

Tabela 3-*Utilização dos Espaços Exteriores da ERPI e/ou Comunidade Próxima*

Participante	Deslocação ao exterior	Frequência (dias por semana)	ERPI e/ou da comunidade próxima	Barreira pessoal de acesso ao espaço exterior
PA1	Sim	7	Ambos	Ausência
PA2	Sim	4	Ambos	Neoplasia
PB1	Sim	2/3	Ambos	Ausência
PB2	Sim	0	Ambos	Fratura ombro
PB3	Sim	0	Comunidade próxima	Fraturas costelas
PB4	Sim	"Depende"	ERPI	Ferida nas pernas

No que se refere à compreensão dos facilitadores e obstáculos de acesso ao espaço exterior das ERPI's e/ou da comunidade próxima (Tabela 4), constata-se que ao nível dos facilitadores, um participante indicou condições meteorológicas agradáveis ("bom tempo"); quatro participantes mencionaram autonomia e independência física e psicológica ("boas condições físicas e psicológicas" e "poder andar com a cadeira de rodas"); e cinco indicaram a liberdade característica da cultura organizacional das ERPI's em que residem ("tenho a chave e o comando do portão" e "liberdade para sair e explorar"), dado que se encontram autónomos e independentes. Relativamente aos obstáculos, o PA1 mencionou a ausência de barreiras na sua experiência pessoal, o que não se confirma na vivência dos idosos com comprometimento ao nível da independência. Neste sentido, dois participantes indicaram défices nos recursos humanos das ERPI's, para acompanharem os residentes que apresentam limitações funcionais. Três participantes evitam ausentar-se do interior da instituição quando os dias estão frios, chuvosos e/ou ventosos; e aproveitam para fazê-lo aquando de condições meteorológicas agradáveis. Cinco participantes assinalaram causas físicas, nomeadamente, um ao nível do equilíbrio; outro por apresentar uma ferida na perna; dois que se encontram a recuperar de fraturas; e, um que requer de cuidados quanto ao horário de saída, para proteger-se dos raios solares, por ter uma neoplasia.

Tabela 4-*Facilitadores e Barreiras de Acesso ao Espaço Exterior*

Participante	PA1	PA2	PB1	PB2	PB3	PB4
Facilitadores de acesso ao espaço exterior	- "Apenas tenho de informar"; - "Ser autónomo"; - "Boas condições físicas e psicológicas"	- "A liberdade concedida" pela ERPI, "por ser autónoma e independente"	"A liberdade no horário (...) saio à hora que quero e entro à hora que quero"	"Liberdade para sair e explorar"	- "Estar independente"; - "Tenho a chave e o comando do portão";	- "Tempo bom"; - "Poder andar com a cadeira de rodas"
Barreiras de acesso ao espaço exterior	- Ausência de barreiras	- "Tenho de ter cuidado com o sol (...)	- "Razões meteorológicas (...)	- "A minha condição de saúde (...) fraturei o	"Tenho de estar em repouso, por indicação médica (...) tive um	- "Depende do tempo se estiver

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.435

	porque tenho uma neoplasia (…) geralmente, saio de manhã”	quando está frio”; - andar (…) tenho dificuldade em movimentar e manter o equilíbrio”	ombro devido a uma queda (…) tenho de recuperar (…) receio cair novamente”; - “Condições meteorológicas (…) quando está a chover ou frio”	acidente de carro e fraturei quatro costelas”	de vento, frio ou chuva, não vou”; - “Ferida na perna, que nunca mais sara”	sozinho de ver o mar e ouvir o murmúrio do mar”; de caminhar à vontade, em segurança, por exemplo, nas estruturas de madeira”
	ou com 2/3 da- (…) Gosto de caminhar à vontade, em segurança, por exemplo, nas estruturas de madeira”	flores e lagartixas”; - Largo com romãzeiras: “gosto de ver o desenvolvimento das árvores, ver a flor a nascer até à formação do fruto (…) gosto de ver as plantas (…) sempre gostei muito de ciências e de aprender sobre plantas”	conversar com elas”	“Trabalhava no campo, quando era nova” (…) é muito lindo ver a novidade a crescer”		

Quanto à identificação das áreas dos espaços exteriores, ERPI ou comunidade, e respetiva atribuição de significado e oportunidades de ação, apresentam-se, de seguida, as razões evocadas pelos participantes (Tabela 5). Porém, de modo a não comprometer o anonimato dos participantes e das instituições, optou-se pela omissão de alguns dados recolhidos e dos registos fotográficos.

Tabela 5 - *Áreas Preferidas e Motivos Subjacentes*

Participante	PA1	PA2	PB1	PB2	PB3	PB4
Áreas preferidas do espaço exterior	Espaço exterior da comunidade próxima, na sua generalidade	“Praia” e áreas envolventes	Indicou 3 localidades não pertencentes ao espaço exterior da comunidade próxima	“Bancos e largo com romãzeiras”, no espaço exterior da ERPI	“Zona das marinhas”, uma e pela uma rotunda especificadas	A área da “frente da casa”
Motivos	“Porque tem outras pessoas e outras coisas (…) andar de barco” (…) Ou vou	“Porque gosto de caminhar (…) levo pessoas comigo, as autónomas, gosto de puxar por elas (…)	“É onde vive a minha família e uma amiga minha”	- Bancos: “posso sentar e descansar, enquanto vejo castanheiros, passarinhos,	“Desde que deia para caminhar (…) dar às pernas” (…) “De vez em quando, encontrar pessoas,	“Vejo o sol e o mundo à volta (…) a liberdade de ver tudo (…) gosto de ver tudo” (…)

PA1 elegeu o espaço exterior da comunidade próxima, sem especificar locais, pela diversidade de estímulos, ao nível de pessoas e elementos físicos, designadamente, a possibilidade de andar de barco. Adicionalmente, efetuar caminhadas, sozinho ou juntamente com outros elementos da instituição, sem restrições e em segurança, como nos passadiços da praia. PA2, demostrando interesse em realizar caminhadas e em incentivar os seus pares em acompanhá-lo, indicou a praia e áreas envolventes. Inclusive, pela estimulação auditiva, ao ouvir o murmúrio do mar, e visual, ao observar o mar. PB1 referiu três localidades não pertencentes ao espaço exterior da comunidade próxima, nas quais residem os seus familiares e uma amiga.

PB2 indicou as zonas dos “bancos” da ERPI, locais onde costuma repousar,

enquanto admira a natureza envolvente, como os "castanheiros, passarinhos, flores e lagartixas". Este participante também referiu a área do "largo com romãzeiras" da instituição, na qual observa as plantas e acompanha o crescimento das árvores, nas suas diferentes fases de desenvolvimento, expressando elevado interesse nesta atividade, ao partilhar que "sempre gostei muito de ciências e de aprender sobre plantas". PB3 especificou uma capela e uma rotunda, bem como, as zonas das marinhas, lugares onde se desloca durante as caminhadas, a fim de efetuar exercício físico ("dar às pernas") e, por vezes, interagir e conversar com outras pessoas. PB4 indicou a área relativa à entrada da ERPI, por possibilitar-lhe a oportunidade de observar o que o rodeia, quer seja no espaço exterior da ERPI como no espaço externo à ERPI. A título de exemplo, o sol e a flora envolvente, sendo que o idoso considera aprazível a visualização dos elementos verdes, por evocar memórias da infância e adolescência, épocas em que trabalhava no campo e estimava presenciar o crescimento da vegetação que lhe circundava.

No que tange à identificação, na perspetiva desta população, outras possíveis qualidades dos espaços exteriores das ERPI's e/ou da comunidade próxima (Tabela 6), o PA1 indicou a presença de um pedonal em torno da instituição, de maneira a facilitar a realização de caminhadas, principalmente a exploração dos espaços da comunidade próxima pelos idosos com défices na capacidade funcional. PA2 apreciaria ter uma bicicleta elíptica na zona do ginásio no espaço exterior da ERPI, para praticar exercício físico. PB2 gostaria que a área exterior da instituição fosse maior, para a plantação versátil e de maior número de plantas e árvores, poder deslocar-se com maior liberdade e contemplar com a presença de maior quantidade de animais. Por último, o PB4 indicou a colocação de árvores e bancos, de forma que os residentes se sentem à sombra.

Tabela 6 - *Contributos de Outras Qualidades dos Espaços Exteriores*

Participante	PA1	PA2	PB1	PB2	PB3	PB4
O que preferia que o espaço exterior providenciasse?	"Um pedonal à volta de toda a estrutura para caminhar" (...) facilitava os autónomos, mas principalmente os dependentes (...)"	Quanto aos equipamentos adquiridos recentemente de exercício físico da ERPI: "Não percebo como funcionam os objetos de exercício (...) se ainda fosse uma bicicleta elíptica"	"Não tenho nenhuma sugestão (...) estou bem como estou"	A área exterior da ERPI "fosse maior para andar à vontade; usufruir de um maior nº de plantas, árvores e animais; e, plantarem outros tipos de plantas/árvores"	"Não sei ... penso que tem boas condições"	"Ter árvores e bancos para os velhos sentarem-se à sombra"

DISCUSSÃO

Da análise dos resultados, verifica-se que a frequência dos espaços exteriores, da instituição ou da comunidade, está dependente de fatores pessoais e/ou contextuais. Assim, quatro participantes referiram uma frequência elevada aos espaços exteriores das ERPI's e/ou da comunidade próxima (diária a dois, três dias por semana). Um dos participantes indicou que "depende", preferindo o verão para explorar os espaços exteriores (fator contextual), mas também da existência de uma barreira

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.435

pessoal (ferida na perna). A alusão à sazonalidade das condições meteorológicas poderá sugerir a necessidade de se pensar/implementar espaços que favoreçam a sua utilização em todas as estações do ano e/ou repensar a cultura portuguesa da frequência dos espaços exteriores em condições meteorológicas consideradas "menos agradáveis". Ademais, os dois participantes que não frequentavam os espaços exteriores, avaliaram o seu estado de saúde como bom, cujas classificações não diferiram dos participantes que frequentavam os espaços exteriores. Deste modo, não se verificou nenhuma associação entre avaliação subjetiva do estado de saúde dos participantes e frequência da utilização dos espaços exteriores das ERPI's e/ou comunidade.

No que concerne aos obstáculos de acesso ao espaço exterior, o PA2 ao deter uma neoplasia, conseguia adaptar-se à sua condição de saúde, ao frequentar o espaço exterior na parte da manhã. Por sua vez, os idosos que se encontram física e psicologicamente vulneráveis encontram-se limitados na frequência do espaço exterior, uma vez que os participantes identificaram a falta de recursos humanos. Os obstáculos enumerados pelos participantes (Potter et al., 2018; van den Berg et al., 2020) ressaltam a necessidade de repensar sobre estas variáveis, nomeadamente, como as políticas das ERPI's concetualizam a continuidade da instituição com o meio exterior e a comunidade envolvente e como é integrada no quotidiano da população idosa, sobretudo, pelos idosos sem mobilidade, a fim de potenciar os efeitos terapêuticos associados aos espaços exteriores na população idosa (Potter et al., 2018).

Quanto às áreas dos espaços exteriores, ERPI ou comunidade, os participantes selecionaram locais que compreendem elementos verdes e azuis, o que corrobora as conclusões de outros estudos (Gonzalez & Kirkevold, 2014; van den Berg et al., 2020). Quanto às atribuições de significado e oportunidades de ação, verificou-se que a praia e as áreas envolventes possibilitam a realização de caminhadas, as quais permitem impactar positivamente a função física (van den Berg et al., 2020) e o desempenho cognitivo (Lima et al., 2018) da população idosa institucionalizada, sendo que a incapacidade física é um dos fatores que contribui para a institucionalização dos idosos (Ferreira & Souza, 2024).

No que concerne aos espaços próximos de vegetação, a preferência de áreas com assentos contíguos a elementos de jardins (van den Berg et al., 2020) possibilita a estimulação sensorial, através da observação da natureza, com impacto positivo na saúde mental da população idosa (van den Berg et al., 2020).

Por motivos sociais, os participantes selecionaram locais que permitiam o convívio familiar e a interação social com diferentes pessoas. No que tange ao domínio social, diferentes estudos têm demonstrado que a solidão é um sentimento comum na população idosa residente em ERPI's, correspondendo a um estado emocional complexo que se sucede quando os idosos não detêm ligações sociais satisfatórias ou experimentam sensações de isolamento social (Plattner et al., 2022). Assim, a promoção do contacto social torna-se fundamental, de modo a incrementar a qualidade de vida desta população.

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.435

PB4 elegeu a entrada da ERPI, pela possibilidade de observação do interior e exterior da instituição, proporcionando-lhe a sensação de continuidade com o mundo externo (van den Berg et al., 2020) e continuidade em termos de vivências (Potter et al., 2018). Em relação a estas duas dimensões, aquando da institucionalização, ocorre a despersonalização dos utentes, ao nível das preferências, rotinas e relações significativas, incluindo com a comunidade, podendo ser acompanhada por sintomas depressivos e sentimentos de solidão, dado que a liberdade de decisão quanto ao quotidiano encontra-se condicionada pelos regulamentos de funcionamento das ERPI's (Cardão, 2009). Por conseguinte, a promoção da singularidade e da integração e participação social possibilitará o aumento da qualidade de vida dos idosos.

No que se refere às propostas de novas qualidades dos espaços exteriores das ERPI's e/ou da comunidade próxima, os participantes indicaram qualidades que possibilitam a prática de exercício físico, estimulação sensorial e repouso, o que reforça o valor significativo destas oportunidades de ação para estes participantes. De ressaltar que o investimento económico no espaço exterior das instituições deve ser acompanhado da explanação do funcionamento dos equipamentos, como indicou o PA2.

Quanto às limitações deste estudo, enumera-se a ausência da planificação de meios de transporte para a realização das entrevistas, não permitindo o registo fotográfico de todos os locais de preferência indicados pelos participantes; o reduzido número dos participantes; e, a delimitação da idade da população-alvo, dado que os residentes das duas ERPI's com idades compreendidas entre os 75 e 84 anos eram reduzidos e/ou detinham défice cognitivo. Para estudos futuros, sugere-se a realização de entrevistas com diferentes subgrupos, nomeadamente, como diferenças significativas culturais; e, entrevistar os diretores técnicos das EPRI's, para analisar a concetualização da continuidade da instituição com o meio exterior e a subjacente integração no quotidiano da população idosa.

CONCLUSÃO

Este estudo objetivou contribuir para o debate da organização quanto aos espaços exteriores das ERPI's, ao indagar sobre a atribuição de significado funcional pelos utentes destas instituições, de maneira a aumentar a frequência de utilização e potenciar o valor terapêutico associado aos espaços exteriores. As áreas dos espaços exteriores, ERPI ou comunidade, preferidas pelos participantes possibilitavam a oportunidade de interação social; estimulação sensorial; atividade física e descanso/repouso; continuidade em termos de vivências, através da evocação de memórias e emoções significativas; e, sensação de continuidade com o mundo externo. De salientar a importância da prática de exercício físico e da continuidade em termos de vivências e com o mundo externo para esta população.

REFERÊNCIAS

Azevedo, L., Riscado, P., & Maia, C. (2022). A influência do envelhecimento ativo na qualidade de vida da pessoa idosa: Revisão integrativa da literatura. *HIGEIA:*

Revista Científica da Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias, 7(1), 17-27.

Bardenhagen, E., & Rodiek, S. (2016). Affordance-based evaluations that focus on supporting the needs of users. *Health Environments Research and Design Journal*, *9*(2), 147–155. https://doi.org/10.1177/1937586715599760

Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. Edições 70.

Borson, S., Scanlan, J., Brush, M., Vitaliano, P., Dokmak, A. (2000). The Mini-Cog: A cognitive 'vital signs' measure for dementia screening in multi-lingual elderly. *International Journal of Geriatric Psychiatry, 15*(11), 1021–1027. https://doi.org/10.1002/1099-1166(200011)15:11<1021::aid-gps234>3.0.co;2-6

Cardão, S. (2009). *O idoso institucionalizado*. Coisas de Ler.

Carpiano, R. M. (2009). Come take a walk with me: The "go-along" interview as a novel method for studying the implications of place for health and well-being. *Health Place, 15*(1), 263-272. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2008.05.003

Clark, P., Mapes, N., Burt, J., & Preston, S. (2013). *Greening dementia: A literature review of the benefits and barriers facing individuals living with dementia in accessing the natural environment and local green space.* Natural England.

Direção-Geral da Saúde. (2006). *Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas.* https://pns.dgs.pt/files/2015/08/Programa-Nacional-para-a-Sa%C3%BAde-das-Pessoas-Idosas.pdf

Direção-Geral da Saúde. (2017). *Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025.* https://www.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/ENEAS.pdf

Ferreira, A., & Souza, S. (2024). Nível de atividade física, capacidade funcional e estado cognitivo de idosos institucionalizados. *Revista Terra & Cultura: Cadernos De Ensino E Pesquisa, 40*(especial), 73-92. http://publicacoes.unifil.br/index.php/Revistateste/article/view/3106/2869

Gibson, J. (1986). *The ecological approach to visual perception*. Taylor & Francis.

Gibson, E., & Pick, A. (2000). *An ecological approach to perceptual learning and development.* Oxford University Press.

Gonzalez, M. T., & Kirkevold, M. (2014). Benefits of sensory garden and horticultural activities in dementia care: A modified scoping review. *Journal of Clinical Nursing, 23*(19-20), 2698–2715. https://doi.org/10.1111/jocn.12388

Hadavi, S., Kaplan, R., & Hunter, M. C. R. (2015). Environmental affordances: A practical approach for design of nearby outdoor settings in urban residential areas. *Landscape and Urban Planning*, *134*, 19–32. https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2014.10.001

Instituto da Segurança Social. (2017). *Guia Prático: Apoios Sociais – Pessoas Idosas.* https://www.seg-social.pt/documents/10152/33603/N35_apoios_sociais_idosos/638b6f1a-61f6-4302-bec3-5b28923276cb

Jenkins, H. (2008). Gibson's "affordances": Evolution of a pivotal concept. *Journal of Scientific Psychology*, *12*, 34-45.

Lima, A. P., Lini, E. V., Portella, M. R., Doring, M., & Cardoso, F. B. (2018). Physical activity and cognitive health condition of institutionalized elderly in Passo Fundo-RS, Brazil. *Ciências & Cognição, 23*(1), 19-27. http://revista.cienciasecognicao.org/index.php/cec/article/view/1436/pdf_98

Mahoney, F., & Barthel, D. (1965). Funcional evaluation: The Barthel Index. *Maryland State Medical Journal, 14*, 56-61. https://doi.org/10.1037/t02366-000

McCarten, J., Anderson, P., Kuskowski, M. A., McPherson, S. E., Borson, S., & Dysken, M. W. (2012). Finding dementia in primary care: The results of a clinical demonstration project. *Journal of the American Geriatrics Society, 60*(2), 210–217. https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2011.03841.x

Oguz, D., Cakci, I., Sevimli, G., & Ozgur, D. (2010). Outdoor environment preferences in nursing homes: Case study of Ankara, Turkey. *Scientific Research and Essays*, *5*(24), 3987–3993.

Organização Mundial de Saúde. (2015). *Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde.* https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/186468/WHO_FWC_ALC_15.01_por.pdf?sequence=6

Organização Mundial de Saúde. (2020). *UN decade of healthy ageing: Plan of action.* https://cdn.who.int/media/docs/default-source/decade-of-healthy-ageing/decade-proposal-final-apr2020-en.pdf?sfvrsn=b4b75ebc_28

Plattner, L., Brandstötter, C., & Paal, P. (2022). Loneliness in nursing homes-experience andmeasures for amelioration: A literature review. *Zeitschrift Fur Gerontologie Und Geriatrie, 55*(1), 5–10. https://doi.org/10.1007/s00391-021-01881-z

PORDATA. (2023). Índice de envelhecimento. Que países têm mais e menos idosos por 100 jovens? https://www.pordata.pt/europa/indice+de+envelhecimento-1609

Potter, R., Sheehan, B., Cain, R., Griffin, J., & Jennings, P. A. (2018). The impact of the physical environment on depressive symptoms of older residents living in care homes: A mixed methods study. *Gerontologist*, *58*(3), 438–447. https://doi.org/10.1093/geront/gnx041

Torres, S. M. de S. (2016). *Cuidador informal de idosos dependentes: O cuidar, as emoções e as estratégias adaptativas* [Doctoral dissertation, Universidade de Aveiro]. Repositório Institucional da Universidade de Aveiro. http://hdl.handle.net/10773/17385

van den Berg, M. E. L., Winsall, M., Dyer, S. M., Breen, F., Gresham, M., & Crotty, M. (2020). Understanding the barriers and enablers to using outdoor spaces in nursing homes: A systematic review. *Gerontologist*, *60*(4), 254–269. https://doi.org/10.1093/geront/gnz055