

## Os Efeitos da Idade no Organismo

---

### Formação

Os efeitos da Idade no Organismo: o corpo e a mente

Colocando-nos no lugar do idoso – uma reflexão sobre o impacto físico e psicológico do envelhecimento

### Público-alvo

Estudantes, profissionais, cuidadores e comunidade interessada

### Formador

Dra. Mariana Casanova e Dr. Duarte Silva – Psicólogos Clínicos

### Data

27 de abril | 18:30 – 20:30

### Duração

2 horas

### Local

Agitar – Universidade Sénior do Porto

Rua Hernâni Torres 197 | 4200-320 Porto | 224087957 | 967652619

### Inscrições

Agitar – Universidade Sénior do Porto por telefone, mail ou pessoalmente.

Enviar comprovativo de pagamento para: [universidadesenior@agitar.pt](mailto:universidadesenior@agitar.pt)

### Nota descritiva/conteúdos

O envelhecimento acarreta um conjunto de consequências do ponto de vista da deterioração física. É fundamental recordarmo-nos das dificuldades vividas pelo idoso e do sofrimento físico (e psicológico) que estas infligem para que possamos melhor compreender as suas queixas e adaptarmo-nos às suas necessidades.

Nesta sessão serão abordadas algumas consequências físicas do envelhecimento (como a fragilidade óssea, a perda de força e flexibilidade, e consequente dor, a perda de audição e visão, bem como uma redução em termos de destreza, entre outras) e algumas das dificuldades psicológicas, como a perda de memória, o medo do futuro (podendo gerar sintomatologia depressiva), situações de luto... Assim, pretende-se contribuir para a reflexão acerca do impacto destas dificuldades e, portanto, promover a empatia em relação às mesmas, de modo a que o cuidado seja o mais adaptado possível a cada idoso e suas necessidades específicas.

### Preço

13€ até ao dia 20 de abril | 18€ até ao dia 27 de abril

(Inclui declaração de presença)