

# Academia Sénior-IPVC: uma comunidade de saber e aprendizagem



Filipe Vintém<sup>1</sup>, Pedro Pereira<sup>2</sup>, Márcia Carvalho<sup>3</sup>, Raquel Gonçalves<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, [filipevintem@ipvc.pt](mailto:filipevintem@ipvc.pt)

<sup>2</sup> Instituto Politécnico de Viana do Castelo, [pedropereira@ess.ipvc.pt](mailto:pedropereira@ess.ipvc.pt), ORCID [0000-0003-0280-0215](https://orcid.org/0000-0003-0280-0215)

<sup>3</sup> Instituto Politécnico de Viana do Castelo, [marciacarvalho@ipvc.pt](mailto:marciacarvalho@ipvc.pt)

<sup>4</sup> Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, [raquelg@ese.ipvc.pt](mailto:raquelg@ese.ipvc.pt), ORCID [0000-0002-5260-9569](https://orcid.org/0000-0002-5260-9569)

## Resumo

A *Academia Sénior-IPVC* é um projeto do Instituto Politécnico de Viana do Castelo (IPVC) que visa contribuir para alargar e consolidar os conhecimentos e os saberes de pessoas com mais de cinquenta anos. Alicerçada nos princípios da valorização da aprendizagem ao longo da vida e do *envelhecimento ativo*, a *Academia Sénior-IPVC* constitui-se como um lugar privilegiado de promoção da *cidadania ativa* expressa na inserção e participação social da população, nomeadamente nas áreas da Antropologia, Saúde, História da Arte, Literatura, Teatro, Música, Cinema, Fotografia ou Linogravura. Em suma, a *Academia Sénior-IPVC* visa contribuir para que esta população tenha *uma vida boa*.

## Introdução

Em Portugal, o envelhecimento da população é uma realidade inegável. Em 2022, o índice de envelhecimento era de 183,5%, um aumento significativo em relação a 1961, quando era apenas 27,5%. O concelho de Viana do Castelo, a tendência é semelhante à do país (210,4% em 2021).[4] Estes dados evidenciam a importância de projetos como a Academia Sénior-IPVC, que desde 2011 oferece uma oportunidade para que as pessoas mais velhas possam continuar a aprender e a participar ativamente na sociedade.

## Implementação

A Academia Sénior-IPVC visa contribuir para alargar e consolidar os conhecimentos e os saberes de pessoas com mais de 50 anos. Alicerçada nos princípios da valorização da aprendizagem ao longo da vida e do envelhecimento ativo, constitui-se como um lugar privilegiado de promoção da cidadania ativa e participação social. Visa, por isso, expandir e consolidar os conhecimentos e saberes da população mais velha, proporcionando um espaço de crescimento intelectual e social. A importância da aprendizagem ao longo da vida é amplamente reconhecida na literatura científica, destacando que a educação continuada em idades mais avançadas não apenas enriquece os conhecimentos, mas também promove a saúde mental e o bem-estar.[3] Além disso, a participação em atividades educativas e culturais contribui significativamente para a manutenção da capacidade cognitiva e para a prevenção de doenças neurodegenerativas. [5] A valorização da cidadania ativa é outro aspeto crucial deste projeto. Com efeito, a inclusão social e a participação ativa em atividades comunitárias podem reduzir o risco de isolamento social e depressão entre as pessoas mais velhas.[1]

Ao oferecer programas e atividades nas áreas de Antropologia, Saúde, História da Arte, Literatura, Teatro, Música, Cinema, Fotografia e Linogravura, a Academia Sénior-IPVC, promove a aprendizagem e a participação social, fortalecendo os laços comunitários e fomentando um sentido de pertença e utilidade na sociedade.[2] Desta forma, não apenas contribui para o enriquecimento cultural e intelectual dos seus participantes, mas também desempenha um papel fundamental na promoção de um envelhecimento ativo e saudável.

## Reflexões Finais

O aumento da escolaridade das pessoas mais velhas tem demonstrado ser um catalisador importante para a participação em projetos tais como a Academia Sénior-IPVC. De facto, a realização de atividades ocupacionais parece estar diretamente ligada a fatores como escolaridade, rendimento familiar e capacidade funcional.



Fotografia 1: Programas e atividades desenvolvidos pela Academia Sénior IPVC

## Contexto e Grupo-alvo: Os alunos da Academia Sénior-IPVC

Escolaridade



Gráfico 1: Escolaridade

Distribuição por Sexo



Gráfico 2: Distribuição por Sexo

Idade

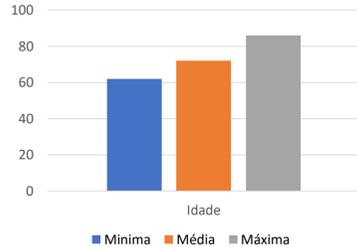


Gráfico 3: Idade

Retenção e atração de novos alunos

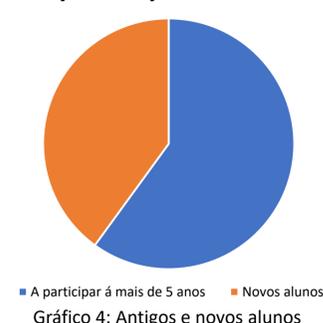


Gráfico 4: Antigos e novos alunos

A heterogeneidade dos alunos é uma característica essencial da Academia Sénior-IPVC. A diversidade de motivações dos participantes reforça essa ideia, evidenciando que a Academia Sénior-IPVC atende a uma multiplicidade de necessidades e interesses individuais, reforçada pelo papel ativo que próprios alunos têm na definição dos programas curriculares.

No entanto, há desafios a serem superados. Um dos principais desafios enfrentados pela Academia Sénior-IPVC é alcançar uma maior abrangência distrital, especialmente nas áreas onde existem Unidades Orgânicas do IPVC. Outro desafio assenta na oportunidade de uma maior abertura à comunidade, incentivando a participação intergeracional. Esta interação poderia enriquecer significativamente a experiência oferecida pela Academia Sénior-IPVC, sobretudo com o estreitar de relações com a formação na área da Gerontologia.

Assim, podemos considerar que a Academia Sénior-IPVC desempenha um papel fundamental na promoção de processos de desenvolvimento e envelhecimento com dignidade e bem-estar, onde as pessoas (de todas as idades) podem aprender e participar de forma ativa na sociedade. Com uma abordagem inclusiva, colaborativa e inovadora, a Academia Sénior-IPVC desempenha um papel vital na promoção do envelhecimento saudável e na melhoria da qualidade de vida dos seus participantes.

Para mais informações Academia Sénior IPVC, visite:  
<https://www.ipvc.pt/estudar/academia-senior/>



## Referências Bibliográficas

- [1] Cattán, M., White, M., Bond, J., & Learmouth, A. (2005). Preventing social isolation and loneliness among older people: A systematic review of health promotion interventions. *Ageing & Society*, 25(1), 41-67.
- [2] Formosa, M. (2012). Education and older adults at the University of the Third Age. *Educational Gerontology*, 38(8), 563-567.
- [3] Merriam, S. B., & Kee, Y. (2014). Promoting community wellbeing: The case for lifelong learning for older adults. *Adult Education Quarterly*, 64(2), 128-144.
- [4] Pordata. (2024). Dados de Viana do Castelo. Recuperado de [www.pordata.pt](http://www.pordata.pt)
- [5] Valenzuela, M. J., & Sachdev, P. (2006). Brain reserve and dementia: A systematic review. *Psychological Medicine*, 36(4), 441-454.