



# ENVELHECER COM QUALIDADE

COM O AUMENTO DO NÚMERO DE IDOSOS, DESDE AS ÚLTIMAS DÉCADAS PARA CÁ E, CONSEQUENTEMENTE, COM O SURGIMENTO DAS MAIS DIVERSAS PROBLEMÁTICAS ASSOCIADAS A ESTE FENÓMENO, TORNOU-SE IMPERATIVO A PROCURA DE RESPOSTAS ADEQUADAS ÀS NECESSIDADES DESTE SEGMENTO DA POPULAÇÃO. POSSIBILITAR O ENVELHECIMENTO COM QUALIDADE É O GRANDE DESAFIO QUE A JOSÉ DE MELLO RESIDÊNCIAS E SERVIÇOS ASSUME, HÁ JÁ TRÊS ANOS.

A José de Mello Residências e Serviços centra a sua actividade no desenvolvimento de soluções residenciais e domiciliárias para a terceira idade. A empresa está presente no mercado sénior com as marcas Domus Clube e Domus Vida, com unidades na Junqueira, Parque das Nações e Parede, no caso das soluções residenciais e Domus Care no caso dos cuidados domiciliários. Maria do Rosário Frias, administradora-delegada da José de Mello Residências e Serviços explica como, ao longo dos últimos anos, a empresa tem marcado a diferença através de soluções pioneiras e de grande qualidade.

O envelhecimento da população é uma realidade na sociedade actual. **Apresentando a José de Mello Residências e Serviços soluções para o mercado sénior, qual a vossa abordagem a este fenómeno do “envelhecimento”?**

O envelhecimento é um processo natural e inevitável. A “velhice” é uma fase que, como a infância, a adolescência e a juventude, faz parte do ciclo biológico e natural da vida. Procuramos, nas nossas residências, encará-lo como tal. Procuramos adequar as condições das nossas casas a esta nova fase - por exemplo, eliminando barreiras arquitectónicas que prejudicam o direito à autonomia de cada pessoa, direito apreciado e imprescindível para um envelhecimento com qualidade. Nas nossas residências tentamos dar ao sénior a condição de sujeito para assumir sua própria vontade, fazer as coisas que gosta, realizar os seus próprios desejos, viver e exercer a sua vida.

**Como define as soluções da José de Mello Residências e Serviços para os seniores?**

As nossas soluções baseiam-se em conceitos especializados, exclusivamente dirigidos à terceira idade, em que, para além da forte humanização na prestação dos serviços, se privilegia a manutenção de um ambiente residencial. Traduzem-se em três conceitos:

Domus Clube- destina-se a pessoas independentes, que pretendam um padrão de vida de qualidade com maior conforto, comodidade e segurança, traduzindo-se num condomínio de apartamentos, com a garantia de acesso a sistemas de segurança e de saúde, zonas de lazer, espaços comerciais e serviços domésticos vários.

Domus Vida - destina-se a pessoas que necessitam de apoio para prolongar o padrão de vida independente e consiste em habitações com serviços hoteleiros personalizados e de qualidade, para além do acompanhamento nas actividades diárias, vigilância 24 horas, serviços médicos de apoio e actividades sociais, recreativas e de manutenção. Domus Care- destina-se a pessoas que necessitam de assistência no seu lar e conta com uma equipa de técnicos e enfermeiros com formação específica para a assistência domiciliária, contribuindo para uma melhor autonomia e conforto na própria casa melhorando a qualidade de vida, a comunicação entre o doente e médico e evitando o recurso às estruturas hospitalares.

**Como acha que é tomada a decisão de um sénior deixar a sua casa e passar a viver numa das vossas residências?**

A casa é o lugar mais “querido”, onde se concentram as recordações, por isso é natural que qualquer pessoa queira passar lá a última etapa da sua vida. Contudo, se até meados do século passado os idosos viviam a sua velhice em casa, no seio da família, actualmente deparamo-nos, cada vez mais, com o envelhecimento fora de casa - e as nossas residências surgem como a melhor e mais personalizada resposta às necessidades específicas e singulares dos seniores.

De facto, a família tem cada vez menos hipóteses de responder às



necessidades dos idosos, isto devido às novas solicitações do dia-a-dia, às condições de vida, à limitação de espaço nas habitações, à participação cada vez maior das mulheres no mundo actual do trabalho. Substituindo a casa, possibilitando ter tudo o que ai tinha e apreciava (nas residências as suites podem ser decoradas com os moveis dos residentes, quadros, fotografias –em suma os objectos da sua vida) mas acrescentando serviços indispensáveis a esta nova fase, o idoso não terá que esforçar-se por se adaptar e viver fora do seu ambiente.

#### **As vossas residências permitem estadias temporárias, ou apenas definitivas?**

As nossas residências têm os dois tipos de residentes, os que optam por vir viver connosco definitivamente e aqueles que, por algum motivo, pretendem passar uma temporada nas nossas casas. Somos, nomeadamente, a solução para muitos seniores que, após internamento hospitalar e /ou intervenção cirúrgica, não têm condições para fazer a recuperação em sua casa e temporariamente, permanecem nas nossas residências, onde têm todos os serviços de saúde necessários, como seja o acompanhamento médico, a fisioterapia, o apoio às actividades da vida diária, sem que para isso tenham de permanecer mais tempo em unidades hospitalares. Posso dizer-lhe que durante este Verão tivemos cerca de 150 residentes temporários.

O que acontece muitas vezes é que, após o período de recuperação, muitos dos seniores, e as suas famílias, apercebem-se que a qualidade de vida que ganharam, durante a estadia temporária na residência, é a mais adequada e optam por não mais abdicar dela, passando assim a residir connosco em definitivo. A partir desse momento a nossa residência passa a ser a sua “residência”.

Para os que ainda preferem regressar a casa, dinamizamos e proporcionamos recursos flexíveis promovendo os cuidados de apoio domiciliário, se forem necessários. Esta adaptação de recursos e a criação de um plano personalizado de cuidados é o nosso desafio.

#### **Na sua opinião como pode um sénior “envelhecer com qualidade”?**

Estamos certos que para um sénior “envelhecer com qualidade”, têm de coexistir 3 factores: Manter um baixo risco de doença e

consequentemente um estilo de vida saudável. O que conseguimos com 24 horas de enfermagem, médico diário e com a toma dos medicamentos ministrada unicamente pela equipa de enfermagem. Manter um funcionamento físico e mental elevado, privilegiando a manutenção das relações pessoais com o máximo de reservas cognitivas e emocionais.

Conseguimo-lo através das actividades diárias, do acompanhamento de psicólogos, da preparação de planos de cuidados individuais. Manter um envolvimento/compromisso activo com a vida, onde a intimidade coabite com a segurança, possibilitando elevados níveis de bem-estar pessoal. As nossas residências têm segurança 24 horas, chamada de emergência em todos os locais e sempre ao lado dos residentes, piscina, ginásio, capela, múltiplas salas de estar, sala de jantar com serviço de elevada qualidade. Procuramos ainda promover ao máximo as saídas ao exterior e a manutenção das relações com a família e os amigos.

Tanto na Domus Vida como na Domus Care o nosso objectivo é estimular as capacidades cognitivas, evitar o isolamento e promover a ligação aos outros, investir nas relações inter-geracionais, manter um estilo de vida saudável, ao fim ao cabo ter uma atitude positiva e optimista face à vida, o que chamamos “Dar vida aos anos”.

#### **Que mensagem gostaria de deixar aos seniores que nos lêem?**

Temos um serviço de excelência e uma equipa muito dinâmica que prima pela relação que estabelece com os seniores e as suas famílias. Isto não é mais do que o resultado da muita experiência e de um conhecimento profundo das necessidades singulares de cada um dos nossos residentes. Se temporariamente ou em definitivo necessitar dos nossos serviços não deixe de nos contactar. Venha conhecer-nos.

A **José de Mello Residências e Serviços** criou um conjunto de produtos de que os Sócios do ACP podem beneficiar e que no caso das **Residências Domus Vida** se traduz na oferta de 2500 euros sobre o valor da jóia de admissão e 10% sobre a facturação total em estadias temporárias. Marque já a sua visita através do nº **707 506 506** ou consulte [www.jmellors.pt](http://www.jmellors.pt)