

## **Eu Ainda Aqui Estou: O Serviço de Apoio Domiciliário a Idosos Como Estratégia de Autonomia<sup>1</sup>**

**Celisa Simão Carreira**

O serviço de apoio domiciliário é definido, na legislação portuguesa, como uma ‘resposta social que consiste na prestação de cuidados e serviços a famílias e ou pessoas que se encontrem no seu domicílio, em situação de dependência física e ou psíquica e que não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar para o efeito’ (Portaria 38 de 30 janeiro de 2013). Na realidade, muitos idosos que não estão em situação de séria dependência ou incapacitação utilizam este tipo de apoio como estratégia para manterem um mínimo de autonomia nas suas vidas, o que, de qualquer forma, está de acordo com um dos objetivos propostos pelo próprio regime de serviço de apoio domiciliário: ‘Promover estratégias de desenvolvimento da autonomia’.

Este artigo tem como referência empírica idosos que recebem apoio domiciliário de Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSSs) de Valhelhas, Vila Garcia e Famalicão, no concelho da Guarda. A tensão entre a institucionalização e o desejo do idoso em se manter na sua casa, como uma resposta ao isolamento, a quebra de laços familiares e a desresponsabilização da família, refletem contextos de envelhe-

---

1 Tema originalmente desenvolvido, na dissertação de Mestrado em Sociopsicologia da Saúde apresentada em 11 de Novembro de 2011, no Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra.

cimento demográfico e declínio pessoal e comunitário (Rosa, 2012) e a importância do serviço social, com ênfase para o serviço de apoio domiciliário, na sociedade da região (Ribeirinho, 2005; Carvalho, 2012). O modelo metodológico da pesquisa combina observação participante, a partir do meu trabalho como assistente social, e entrevistas qualitativas com idosos de Valhelhas e Famalicão. As entrevistas, referidas, neste artigo, de uma forma sucinta, foram realizadas, na segunda metade de 2011, com 24 idosos, entre os 65 e os 91 anos de idade, incluindo 16 mulheres e cinco homens. Deste modo, os depoimentos são também, em larga medida, expressões da experiência feminina da mulher idosa pela autopreservação, no interior rural.

### **DANDO VOZ AOS IDOSOS: REPRESENTAÇÕES ACERCA DO SERVIÇO DOMICILIÁRIO E A QUESTÃO DA AUTONOMIA**

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) foi criado com o despacho conjunto 407/98, a 18 de Junho, como um instrumento para prolongar as condições de autonomia, mantendo o idoso na sua própria casa e comunidade e, desta forma, evitando ou adiando a institucionalização. O SAD é regido, atualmente, pela portaria 38 de 30 janeiro de 2013, regulando o seguinte conjunto de serviços prestados por IPSSs: cuidados de higiene e conforto pessoal; higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados; fornecimento e apoio nas refeições, respeitando as dietas com prescrição médica; tratamento da roupa do uso pessoal do utente; atividades de animação, socialização, lazer e cultura; aquisição de bens e géneros alimentícios; pagamento de serviços deslocação a entidades da comunidade; e serviço de teleassistência. Esta diversidade permite ao idoso escolher os serviços que melhor se ajustam às suas necessidades e dificuldades, tendo em atenção que, quanto maior o número de serviços, também maior os custos que têm de ser suportados (Gil, 2009).

Os 24 idosos utentes de IPSSs que, como referi, responderam às entrevistas levadas a cabo nesta investigação, caracterizam-se a si próprios como tendo média autonomia, no que respeita ao comando da vida diária. A questão de partida da entrevista é *‘Há quanto tempo começou a usufruir da resposta social Serviço de Apoio Domiciliária e quais os serviços que solicitou? Por que?’*. Os seguintes excertos são ilustrativos da tendência geral, na opção e na escolha do serviço. Por ‘Centro’, entende-se a IPSS prestadora, no sentido em que a valência Centro de Dia é utilizada como metonímia para o conjunto da instituição:

*‘Mais ou menos desde de 2004, estava doente e não podia fazer o comer depois tive de ir para o Centro, tenho tudo, limpam-me a casa, lavam a roupa’.*

*‘Estou há 14 anos, porque a esposa ficou doente e tive de entrar, e também porque foi operado ao intestino e tive de ter apoio, tenho limpeza de casa, comida e lavagem de roupa’.*

*‘Há 20 anos que estou no Centro, comecei a comer, porque a minha primeira mulher era muito doente e eu tinha de fazer o comer e como era muito trabalho pedi ajuda ao centro’.*

*‘Pelo menos, há 6 ou 7 anos, que entrei para o Centro, entrei porque é mais descanso não preciso de fazer o comer, tenho só alimentação’.*

*‘Estou desde de 2009, três anos, estive no hospital doente e foram eles [os filhos] que me disseram para comer do Centro, porque eu em casa não comia nada. O meu filho mora comigo, mas ele ia para o trabalho e eu só me levantava às 11h, 12h depende, por isso é que fui para o hospital, por causa da doença da cabeça e sem comer’.*

*‘Do Centro só tenho a alimentação, o resto faço eu’.*

*‘Estou desde que o Centro abriu, há 4 ou 5 anos; alimentação, limpeza de casa, lavam a roupa, porque já não posso fazer nada, mas, mesmo assim, com esforço, ainda vou fazendo. Pego na vassoura e vou varrendo. A cama esta sempre muito bem-feita, é mesmo muito bom o serviço do Centro as pessoas são muitas boas’.*

*‘Estou desde de Setembro 2008, só tenho alimentação’.*

*‘Desde 1 de Setembro de 2010, porque estava muito sozinho e não tinha ninguém que me ajudasse; assim tenho o Centro que me faz tudo, limpa-me a casa e lava-me a roupa e dá-me alimentação, estou muito contente com tudo’.*

Desta forma, estes idosos encontram-se, há alguns anos, a usufruir do serviço de apoio domiciliária, com um caso, embora único, com o serviço continuado há 20 anos. Maioritariamente, os idosos solicitam o serviço de apoio domiciliário, em particular, por causa da alimentação, continuando a fazer as restantes atividades diárias, de modo que nem todos os idosos têm o serviço completo. Nomeadamente, no que se refere à higiene pessoal, os homens recusam a administração do banho, procurando preservar intimidade, uma vez que a totalidade dos funcionários do apoio domi-

ciliário, nesta região, são mulheres. Ainda assim, o serviço presta cuidados de imagem, fazendo a barba, cortando o cabelo e, no caso das mulheres, fazem as unhas.

A questão fundamental é que o Serviço de Apoio Domiciliário permite ao idoso, como referi, permanecer no seu próprio habitat, evitando deste modo romper e quebrar laços com o seu mundo, fugindo da institucionalização e prolongando autonomia, de alguma forma ou intensidade. O importante, para estas pessoas, é sentirem que ainda têm o controle de si próprias e do quotidiano das suas casas, procurando prolongar esta situação, até onde podem:

*‘O que faço é lavar a loiça e vou fazendo alguma coisa de comer, mas com muito esforço, fico muito triste’.*

*‘Eu não saio de casa, só lavo a loiça’.*

*‘Vou às compras, quando é preciso, a limpeza de casa sou eu que faço’.*

*‘Ainda agarro na vassoura e vou varrendo e ainda limpo a minha casa mesmo com esta idade’*

*‘Continua a fazer tudo, as minhas limpezas e as minhas compras’.*

*‘Limpo a casa e não faço mais nada, passar a ferro não posso, cozinhar não preciso’.*

*‘Compras não faço, quem faz é o meu marido, eu em casa não faço nada, e a filha também ajuda muita’.*

*‘Vou às compras com a minha atual mulher, aliás até é ela que conduz, e tenho umas galinhas, ainda as trato e faço tudo’.*

*‘Compras não faço, trazem-me de comer do Centro não preciso de nada, as funcionárias fazem-me tudo’.*

*‘Só fui para Serviço de Apoio Domiciliário no ano de 2003, porque já não podia andar, ia com a cadeira de rodas, mas já não tinha força para a puxar. Neste Centro, tive os serviços todos limpeza para mudaram a cama, lavar a roupa e alimentação.’*

*‘Estou em Serviço de Apoio Domiciliário há 4 anos, vêm cá casa trazer o comer, fazem tudo. A cama não faziam, mas agora eu já não posso e têm de fazer tudo, tenho os serviços todos, limpeza, roupa; agora até me cortam as unhas’.*

Assim, relativamente à questão *‘Sentiu que o Serviço de Apoio Domiciliário melhorou a sua qualidade de vida?’*, as respostas são enfaticamente positivas:

*‘O Serviço melhorou muito a vida, porque me fazem tudo; se não viessem, não podia mudar a cama, nem fazer a limpeza, tenho muita pena de em não fazer estas coisas’.*

*‘Melhorou, porque estou melhor e como a horas, o comer é muito bom, vem sempre todo muito bem feito e, depois, o meu filho também me trás muita comida para casa não me deixa faltar nada, é muito bom rapaz o meu filho’.*

No que se refere às atividades lúdicas foi colocada a seguinte questão: *‘Quando o Centro Social promove atividades lúdicas gosta de participar? Por que?’*:

*‘Gosto de participar, embora não vá muito, mas gosto de participar’.*

*‘Não, porque não saio de casa’.*

*‘Gosto de participar, porque é bem para tudo, para o convívio e passeio, tudo é bom’.*

*‘Gosto muito de participar, gosto da senhora que vem ao Centro fazer o convívio, gosto muito de participar, gosto de música isso é que gosto, e de jogos gosto quando é de competir um ganha, é assim e escreve-se no papel’.*

*‘Gosto de participar, porque é alegre é bocado que se passa bem’.*

*‘Às festas vou, gosto de ir, a do Natal foi uma bela festa até houve baile e tudo, gosto de falar com as pessoas’.*

*‘Vou às festas para passar o tempo e para me distrair’.*

*‘Não vou, por motivos de saúde’.*

*‘Gosto de participar, porque passa o tempo’.*

*‘Vou a todas as atividades, porque gosto de rir e de conviver com os outros e gosto de ajudar a animadora que vai ao centro’.*

O que está em causa, neste ponto, é que as atividades desenvolvidas pela instituições, para os idosos que ainda têm condições de sair de casa, substituem, em larga medida, formas de socialidade e interação, na esfera pública, que estão, cres-

centemente, a desaparecer, no mundo rural (Simões, 2010). Neste sentido, também o Serviço de Apoio Domiciliário é um contributo para diminuir a desertificação social, nas aldeias, uma vez que permite ao idoso e cônjuges permanecerem nos seus domicílios, impedindo que os lares de idosos se transformem num puro aglutinador dos idosos de aldeias esvaziadas de pessoas e laços sociais. Preservar autonomia é, simultaneamente, preservar a identidade pessoal e, de alguma forma, a continuidade pública da comunidade.

### **A LUTA PELA AUTOPRESERVAÇÃO: FAMÍLIA E COMUNIDADE, UTOPIA E DISTOPIA**

Este idosos estão, em última instância, numa luta de autopreservação, lutando pela preservação do sentido da vida e do seu lugar no mundo (Ribeiro, 2008). A presença e, sobretudo, a ausência da família e da comunidade ocupam um lugar fundamental nesta experiência. Assim, é importante enfatizar que, de um modo geral, o idoso residente no meio rural do concelho da Guarda tem um número considerável de familiares a residir, na própria cidade da Guarda, em localidades vizinhas, na mesma localidade e, por vezes, na mesma rua. Contudo, frequentemente, as relações familiares são pouco intensas e consequentes, quando não mesmo marcadas por desentendimentos com os filhos, ou desentendimentos entre os filhos que procuram, de uma forma ou de outra, escapar das obrigações com os pais e sentirem-se desresponsabilizados da situação, culpando-se uns aos outros.

A ausência da família é sentida, de forma tangível, pelo idoso, dada a necessidade de apoio e assistência para um conjunto de atividades e incapacidades da vida diária, para além, propriamente, das situações crónicas de debilidade e doença (Sequeira, 2007; Imaginário, 2008; Sarmiento, Pinto & Monteiro, 2011). Ao mesmo tempo, porém, muitos idosos afirmam ter o apoio dos filhos, mas, como estes trabalham, nem sempre, dizem os idosos, os filhos têm condições para lhes prestarem o devido apoio. Um caso frequente é, assim, o recurso ao Serviço de Apoio de Domiciliário para que os profissionais possam acompanhá-los às consultas médicas:

*‘Quando preciso ir ao médico mais longe, vou com o meu neto ou filho, depende. Eles trabalham e é muito difícil para eles, a minha nora também vai comigo, mas como trabalha por tornos, nem sempre pode’.*

*‘Quando vou ao médico, quem me acompanha é um amigo e vizinho, o meu filho nem sempre pode, e ainda vivem um pouco longe’.*

*‘Os meus familiares não podem ir, não estão cá, por isso vou sozinha, ou com a Assistente Social do Centro’.*

*‘Vou com a minha filha ou filho, depende quem pode; às vezes, vou com o Centro’.*

A tendência do idoso, porém, é para expressar a ideia que os filhos não ajudam mais, porque não podem, ao mesmo tempo que, afirmam, procuram não incomodá-los. Por outro lado, o contato, por telefone, por parte dos familiares que residem mais proximamente, ou são imigrantes no estrangeiro, é, na maior parte dos casos, frequente e, em muitos casos, diária. Os idosos relatam que os telefonemas dos familiares têm, essencialmente, o propósito de saber como está a sua saúde:

*‘A minha família liga-me sempre para saber como estou. O meu filho também me liga e telefona para perguntar como estou’.*

*‘As minha filhas estão na França, tenho 4 filhos, falam comigo para saber como me encontro, às vezes’.*

*‘A minha família fala todos os dias comigo. Tenho filhos que estão em França, até eles ligam todas as semanas e a minha filha vem a casa pôr a medicação na caixa para eu tomar’.*

*‘Os meus filhos perguntam sempre por mim e pelo meu marido, eles são muito bons filhos e vêm cá casa e os netos também’.*

*‘A filha preocupa-se com tudo, é muito boa filha. Em Portugal, é a única’.*

*‘O meu irmão telefona-me todos os dias. Não tenho filhos, mas criei uma sobrinha como uma filha, todos nos damos muito bem’.*

Em contrapartida, os mesmos filhos que residem a poucos quilómetros e que telefonam, com relativa frequência, podem também passar semanas, senão mesmo meses, sem visitar os pais. A explicação que os idosos costumam dar é que, se não telefonem e não aparecem é porque não podem. Por vezes, os filhos vão buscar os pais para passarem um Domingo, nomeadamente, ou alguns dias. No entanto, mui-

tos idosos rejeitam o convite, referindo que as suas casas são o seu porto de abrigo, onde se sentem bem, ou porque, de qualquer forma, não se sentem com saúde para se deslocarem. Em muitos casos, porém, evitam deslocar-se à casa dos filhos, na verdade, porque têm receio de serem um estorvo, darem trabalho, ou simplesmente, porque não acreditam na sinceridade do convite.

Além disso, é importante salientar que o apoio que, de certo modo, é prestado ao idoso pelos seus familiares resulta, em muitos casos, do interesse económico, dependendo das reformas dos idosos, enquanto, noutros casos, o idoso recompensa monetariamente aos filhos, genros e netos pelo apoio, ou suposto apoio, que lhe é prestado. Mas, da mesma forma que os idosos também procuram justificar ausências e mesmo negligência, dizendo que os filhos não têm condições ou tempo, também, nestas situações, dizem que ninguém lhes cobra nada, eles próprios é que querem dar algo em troca, ou agradecer, de alguma forma, a atenção que recebem. Assim, afirmam, nomeadamente, que a vida para os filhos está muita cara, tendo eles os seus próprios filhos para criarem. Netas situações, os filhos controlam inteiramente a vida dos pais, mas é menos um controle que resulta do sentido do cuidado, do que o controle de uma fonte de recursos. Consequentemente, os idosos são vistos como objetos, realidade essa que é omitida por parte dos próprios idosos com medo de represálias. É verdade que também, embora menos frequentemente, idosos, e sobretudo idosas, afirmam que se os filhos lhes fazem ‘um favor’ (é como ‘favor’ que a relação é designada), não lhes ficam a dever nada, ou não ficam a dever ‘favores’ a filhos.

A situação mais comum, porém, como se viu, é o idoso transmitir uma visão idealizada da família, não expondo, publicamente, a mistura de falsa atenção, pura desatenção e relações interesseiras que muitos destes idosos experimentam, por parte dos filhos, preservado a imagem da família ausente para, em última instância, preservarem a sua própria dignidade. Esta questão acentua-se, culturalmente, no caso da negligência das filhas, uma vez que, para a comunidade, são as filhas que devem cuidar dos pais.

Curiosamente, os idosos criam também uma visão idealizada da comunidade perdida para referirem o isolamento e a desagregação que caracteriza o mundo rural de hoje. Apesar de viverem em meios pequenos, a verdade é que os idosos não podem, na maior parte dos casos, contar com redes de vizinhança e proximidade. A expressão típica é que, antigamente, as pessoas se ajudavam e tinham um senso de pertença e de relação com os vizinhos da sua comunidade, mas, hoje, ‘é cada um por si’. Desta forma, ao mesmo tempo que os idosos afirmam que se dão bem com toda



a gente, afirmam, porém, que não podem contar com ninguém à volta. Assim, ao mesmo tempo que, nestas aldeias, as notícias sobre a vida das pessoas circulam rapidamente, muitos idosos vivem numa crescente reclusão, ou, por outro lado, saem de casa para andarem e passearem, mas não estabelecem laços profundos de socialidade com os outros:

*‘Falo com toda a gente, mas pouco saio de casa’.*

*‘Nunca me dei mal com ninguém, falo para todas as pessoa’.*

*‘Falo com os vizinhos e vou dar um passeio à tarde, quando o tempo esta bom’.*

*‘Falo com todas as pessoas e vou dar caminhadas com o meu marido, em casa não fico’.*

Repare-se, desta forma, que os idosos do interior da Guarda, como, em larga medida, no interior do país, vivem uma oscilação entre utopia e distopia, no que se refere às suas relações com a família e a comunidade. Por um lado, sentem-se felizes com a atenção que recebem dos filhos, mas, ao mesmo tempo, tendem a criar uma visão utópica para o facto de que, muitas vezes, a atenção é o outro lado da falta de responsabilidade e da realidade de que o afeto humano precisa ser cultivado todos os dias. Na sociedade portuguesa de hoje, incluindo no despovoado e fragmentado mundo rural, passou a ser comum a ideia de que os pais idosos vivam sozinhos. E, quando se diz que ‘eles estão melhor na casa deles’, é, frequentemente, uma justificação de conveniência, conforme os idosos sentem-se como estranhos na família (Barros, 2010). Esta situação requer um alargamento do conceito de violência contra o idoso, para além das situações flagrantes de abuso físico e financeiro, ou de abandono negligente. Na verdade, estas situações em que o idoso é o ‘outro’ da família, vivendo geograficamente próximo, mas numa grande distância, no que se refere ao isolamento emocional e social, é, também, uma fundamental forma de violência. Reconhecidamente, isto potencializa as doenças depressivas que, de uma forma ou de outra, afetam a maioria destas idosos, embora, frequentemente, estas pessoas estão descompensadas e sem o tratamento ou a terapia necessárias.

Os idosos procuram responder a esta distopia, criando áreas de utopia psicológica, idealizando os filhos e justificando o comportamento dos filhos, mas também ultrapassado a quebra distópica do sentido de comunidade e vizinhança, usando o ambiente da aldeia como área de lazer e resgatando laços sociais, através das ações de

convivialidade desenvolvidas pelas IPSSs. Mas – e esta é a questão fundamental – a área mais importante de utopia reencontrada, para estes idosos, é o próprio Serviço de Apoio Domiciliário que constitui um escudo vital nesta luta de autopreservação, permitindo-lhes permanecer nas suas casas, mantendo um relativo controle do quotidiano das suas vidas e vendo que, todos os dias e à mesma hora, o cuidado esperado vem bater à porta.

### CONCLUSÃO: EU AINDA AQUI ESTOU

Três vetores fundamentais organizam a abordagem analítica deste artigo. Primeiramente, em termos contextuais, a condição do idoso em Portugal é largamente definida pela realidade de que os idosos deixaram de ter um lugar na família e na comunidade e, sem um lugar na família e na comunidade, o idoso perde o seu lugar na sociedade, o que é, ainda mais grave, numa sociedade que se diz regida pelos valores da cidadania e inclusão.

O segundo vetor é que esta situação não é característica apenas da sociedade urbana. Também no interior rural, a geração sénior não pode contar com a solidez de uma estrutura familiar de apoio, cuidado e responsabilização. E, neste caso, há outro elemento agravante, o facto de que a própria comunidade local está em profunda desagregação, pelo efeito conjunto do despovoamento, envelhecimento, a crescente extinção de atividade económica produtiva, além de uma crise de identidade e esvaziamento cultural. Mesmo as relações de vizinhança e entreajuda mais estritas estão em retração, o que, na sua própria linguagem, as pessoas costumam definir pela quebra distópica da diferença ente a cidade e a aldeia:

*‘Hoje estamos na aldeia, como se estivéssemos na cidade, ninguém se importa com ninguém’.*

A relação entre estas situações constitui o contexto do terceiro vector que é, propriamente, a questão central desta investigação. O que está em causa é que os próprios idosos, desprovidos de laços familiares e de uma rede social sedimentada, desenvolvem estratégias particulares de manutenção de identidade e autonomia. O serviço de apoio domiciliário tornou-se o recurso estratégico, no objetivo dos idosos de se manterem em casa. Na verdade, o serviço foi conceptualizado para atender as necessidades de pessoas não-institucionalizadas, mas dependentes. A maior parte

dos utentes que recebem este tipo de apoio, na realidade, não estão acamados, inibidos de movimentos ou com algum grau elevado de incapacitação. Mas, ao receberem as refeições e assistência no cuidado da habitação, têm um apoio que lhes permite estratégia para evitar a institucionalização e, em sentido mais amplo, manter os laços com o passado e a continuidade da vida.

Desta forma, a ressignificação que estas pessoas fazem do serviço de apoio domiciliário – como um meio de autonomia preservada – é uma importante lição de que a legislação social e as políticas sociais devem estar intrinsecamente comprometidas em ajudar as pessoas a manterem o sentido do valor de si próprias e dos seus laços com o mundo, testemunhando a forma como as próprias pessoas procuram ajustar os recursos da legislação à realidade da vida. E isto sobretudo, porque para os idosos que estão, na margem da sociedade portuguesa e em áreas remotas do mapa nacional, o seu lugar no mundo é representado pela casa, porque a casa é a vida. *‘Eu ainda aqui estou.’*

## REFERÊNCIAS

- Carvalho, Maria Irene de (2012). *Envelhecimento e Cuidados Domiciliários em Instituições de Solidariedade Social*. Coisas de Ler
- Gil, Ana (2009). *Serviço de Apoio Domiciliário: Ofertas e Custos no Mercado Privado*. Gabinete de Planeamento: Núcleo de Estudos e Conhecimento Segurança Social.
- Imaginário, Cristina (2008). *O Idoso Dependente em contexto familiar*. Formasau.
- Ribeirinho, Carla, (2005) *Concepções e Práticas de Intervenção Social em Cuidados Sociais no Domicílio*. ISSL: Lisboa.

- Ribeiro, Olga (2009). 'A Mulher Viúva: Envelhecimento Género e Marginalização.' Dissertação Mestrado, em Sociopsicologia da Saúde, Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra
- Rosa, Maria João Valente (2012). *O Envelhecimento da Sociedade Portuguesa*. Relógio D'Água.
- Sarmento, E., Pinto, P., & Monteiro, S. (2011). *Cuidar do Idoso Dificuldade dos Familiares*. Formasau
- Sequeira, Carlos (2007). *Cuidar de Idosos Dependentes*. Quarteto.
- Simões, Eliana (2010). 'Ocupações de Tempos Livres em Cenário Institucional Um Estudo No Centro Social e Paroquial de São João de Aires.' Dissertação de Mestrado, em Serviço Social, Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra

**Celisa Simão Carreira.**

Assistente Social. Diretora Técnica. ScM Sciopisocologia da Saúde.  
Instituto Superior Miguel Torga, de Coimbra.

## Resumo / Abstract

### **Eu Ainda Aqui Estou: O Serviço de Apoio Domiciliário a Idosos Como Estratégia de Autonomia**

O serviço de apoio domiciliário a idosos é dirigido a pessoas que se encontram, em diversos níveis, dependentes de outros. Assim, muitos idosos que não estão, estritamente, em situações sérias de dependência e incapacidade utilizam este tipo de serviço de apoio como estratégia para manterem um mínimo de autonomia nas suas vidas. Estratégias que ajudam idosos a permanecerem nas suas casas, evitando a institucionalização, são fundamentais num contexto de crescente erosão de laços de família e comunidade, apoiando a preservação, por parte dos idosos, do senso de um lugar no mundo e da continuidade da vida.

**Palavras-chave:** Serviço de apoio domiciliário, idosos, dependência, autonomia, família, comunidade.

### **I'm Still Here: Home Support Service for the Elderly as a Strategy of Autonomy**

Home support service for the elderly is addressed to those who find themselves, at several levels, dependent upon others. Thus, many elderly people who are not strictly in a serious dependent or inability situation use that kind of support service as a strategy to keep a modicum of autonomy in their lives. Strategies that help seniors to stay in their own homes, avoiding institutionalization, are fundamental in a context of increasing erosion of family and community ties, supporting the elderly's sense of both a place in the world and the continuity of life.

**Keywords:** Home support service, elderly, autonomy, dependence, family, community