

Guia Prático

Como criar um Lar para Idosos

Apresentação
O futuro próximo—2020
Estrutura Familiar
Condições de Vida
A Política Social e as pessoas idosas
Estudo de Mercado/constituição da empresa
Requisitos
Condições de implantação, edifício
Processo
Funcionamento
Recursos Humanos
Investimento inicial
Prestações mensais
Balanço
Contactos

Guia Prático

Apresentação

Um lar para idosos é um estabelecimento¹ que desenvolve actividades de apoio social a pessoas idosas através do alojamento colectivo, de utilização temporária ou permanente, fornecimento de alimentação, cuidados de saúde, higiene e conforto, fomentando o convívio e propiciando a animação social e a ocupação dos tempos livres dos utentes.

Para além disso, são objectivos específicos dos lares para idosos:

- a) Proporcionar serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial das pessoas idosas;
- b) Contribuir para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento;
- c) Criar condições que permitam preservar e incentivar a relação interfamiliar;
- d) Potenciar a integração social.

A capacidade² dos lares não deve ser inferior a 4 pessoas e superior a 120, no caso dos estabelecimentos correspondentes a estruturas residenciais, tendo em conta a adequação e organização das áreas funcionais;

A capacidade dos quartos é de uma ou duas camas, sendo que, pelo menos, 25% dos mesmos devem corresponder a quartos individuais.

¹Fonte: Despacho Normativo 12/98 de 25 de Fevereiro de 1998

²Fonte: Despacho Normativo n.º 30/2006 de 8 de Maio de 2006 e Despacho Normativo n.º 12/98, de 13 de Janeiro de 1998.

O futuro próximo—2020

De uma maneira geral, o desafio que o envelhecimento demográfico representa para as sociedades poderá ser analisado segundo determinadas dimensões:

1. Relativo declínio da população activa e envelhecimento da mão-de-obra;
2. Pressão sobre os regimes de pensão e nas finanças públicas provocada pelo número crescente de reformados e pela diminuição da população em idade activa;
3. **Necessidade crescente de cuidados de saúde e assistência às pessoas idosas;**
4. **Diversidade dos recursos e das necessidades dos idosos.**

As projecções de população assentes numa ligeira subida da fecundidade, num aumento moderado da esperança de vida e num saldo migratório positivo indiciam uma estrutura etária envelhecida. Os idosos não cessarão de aumentar em valor absoluto e em importância relativa, prevendo-se que ultrapassem os jovens entre os anos 2010 e 2015.

A partir de 2010 o incremento da população idosa será o efeito conjugado da diminuição da população jovem e da população em idade activa. O índice de envelhecimento sofrerá uma subida ininterrupta aproximando-se dos 112 idosos por cada 100 jovens em 2020 (cerca de 84 em 1995).

O peso dos idosos atingirá os 18,1% em 2020, enquanto a proporção de jovens diminuirá para 16,1% (14,7% e 17,6% em 1995, respectivamente). Paralelamente assistir-se-á ao aumento de proporção da população com 75 e mais anos que se elevará a 7,7% em 2020, contra 5,6% em 1995. Como resultado desta evolução prevê-se que o índice de longevidade continue a aumentar e atinja o seu valor máximo no ano de 2010: cerca de 45 indivíduos com 75 e mais anos por cada 100 com 65 e mais anos.

Estrutura Familiar*

Segundo os resultados do Recenseamento Geral da População e Habitação, realizado em 1991, 97,5% da população idosa (indivíduos com 65 e mais anos) vivia em famílias clássicas e 2,5%, ou seja 33 015 indivíduos, em famílias institucionais (por exemplo Lares). Os dados disponíveis, indicam que esta percentagem varia conforme o sexo e o grupo etário analisado. À medida que aumenta a idade, a proporção de idosos a viver em famílias institucionais, cresce significativamente.

Assim, e observando dados nacionais, no grupo dos 65-69 anos a proporção é apenas de 0,8%, para atingir no grupo 80 ou mais anos, o valor de 6,1%. Por outro lado, o peso da população idosa feminina a residir neste tipo de famílias é sempre superior, em todos os grupos etários, aos valores da população masculina. A situação varia ainda de região para região, atingindo os valores mais elevados no Alentejo, onde 3,9% da população idosa vivia neste tipo de famílias; no grupo dos 65-69 anos esse valor é de 1,0%, subindo para os 10,5% no grupo dos 80 e mais anos.

Em 1991, as famílias unipessoais de idosos, abrangiam cerca de 435.863 indivíduos, em que 55,5% tinham 65 ou mais anos.

*Fonte: Direcção Geral de Acção Social in "Gerações mais idosas" - Instituto Nacional de Estatística.

Condições de Vida*

A observação dos níveis de actividade física, revela que a grande maioria dos idosos despende um nível de esforço físico bastante baixo— 47,1% enquadra-se no nível I de esforço físico (estar habitualmente sentado e andar pouco) e 47,4%, no nível seguinte (estar em pé ou andar bastante, sem ter que levantar/transportar objectos muitas vezes). Apenas 5,5% despendem níveis de esforço físico mais elevados (levantar/transportar cargas leves ou subir e descer escadas várias vezes e trabalho físico pesado ou transportar cargas muito pesadas). A população idosa masculina diz despende um pouco mais de esforço físico na sua actividade diária do que a população feminina.

Dados relativos aos indivíduos com 65 e mais anos (89,7%) e para ambos os sexos mostram que 91,1% dos homens e 88,6% das mulheres costumam praticar actividades que exigem pouco esforço físico, como sejam, ler ou ver televisão. Actividades leves, como passear a pé, andar de bicicleta ou outras do mesmo tipo apresentam percentagens muito baixas: apenas 32,1% dos idosos admitiram praticá-las, sendo a percentagem de homens idosos que pratica este tipo de actividades quase o dobro da das mulheres (41,8% e 24,4%, respectivamente). A quase totalidade dos idosos não pratica exercício físico regular: apenas 3,3% dos homens e 1,7% das mulheres admitiram fazer exercício físico regular.

*Fonte: Direcção Geral de Acção Social in “Gerações mais idosas” - Instituto Nacional de Estatística.

Guia Prático

A Política Social e as pessoas idosas

O lar de idosos, foi durante décadas, a única resposta social, cuja utilização exigia a institucionalização do idoso, que ali se mantinha geralmente até ao fim da sua vida. Actualmente existem outras respostas sociais, tais como os centros de dia e de convívio, serviços de apoio domiciliário e, mais recentemente, o acolhimento familiar.

Portanto, de acordo com dados da Direcção Geral de Acção Social, verifica-se uma evolução gradual do número de equipamentos sociais e serviços no período compreendido entre 1991 e 1998, particularmente no sector dos serviços (Apoio Domiciliário, Centro de Dia e Centros de Convívio) com incidência nas respostas Apoio Domiciliário e Centro de Dia, cujo crescimento rondou os 27,8%, destacando-se assim a preferência quer dos promotores, quer dos utentes, por este tipo de resposta social (quadro apresentado em seguida).

Anos	Equipamentos Sociais (nº)			Serviços (nº)		
	Lar	Residência	Apoio Domiciliário	Centro de Dia	Centro de Convívio	Acolhimento Familiar
1	2	3	4	5	6	7
1991	566	22	575	811	171	0
1992	572	25	607	852	180	0
1993	591	32	671	941	185	0
1994	600	51	784	951	203	0
1995	657	56	921	1054	222	38
1996	895	56	1069	1148	237	29
1997	726	55	1192	1213	282	27
1998	848	56	1329	1314	287	52

Fonte: Direcção Geral de Acção Social (DGAS)

Estudo de Mercado/constituição da empresa

O primeiro passo é fazer um estudo de mercado para saber se existe viabilidade económica para o negócio. Tendo em conta o resultado do estudo, provavelmente positivo dada a falta de unidades de apoio à terceira idade, será primordial constituir a empresa ou sociedade.

A actividade económica de um Lar para Idosos, está incluída no grupo CAE 853 - Actividades de Acção Social, mais concretamente na sub-classe 85313 - Acção social para pessoas idosas com alojamento.

Em Portugal existe uma rede de Centros de Formalidades de Empresas destinada ao apoio à constituição legal de empresas, que inclui a possibilidade de constituir uma empresa numa hora (Número Azul 808 213 213 e sítio na Internet: <http://www.cfe.iapmei.pt>)

Legislação*

Contudo apesar do mercado disponível, é cada vez mais difícil abrir um lar em Portugal. A legislação aplicável é criticada por muitos e a verdade é que tendo em conta as condições físicas dos grandes centros urbanos, como o Porto, as adaptações dos edifícios são difíceis e onerosas e a construção de raiz só é possível através de grandes investimentos.

Portanto, aconselhamos a análise da seguinte legislação:

- Despacho Normativo 30/2006 de 8 de Maio de 2006
- Despacho Normativo 62/99 de 12 de Novembro de 1999
- Decreto-Lei 268/99 de 15 de Julho de 1999
- Despacho Normativo 12/98 de 25 de Fevereiro de 1998
- Decreto-Lei 133-A/97 de 30 de Maio de 1997
- Despacho Normativo 99/89 de 27 de Outubro de 1989
- Despacho Normativo 96/89 de 21 de Outubro de 1989
- Portaria n.º 364/98 de 26 de Junho de 1998

* o guia foi elaborado tendo por base esta legislação. Poderá adquiri-la solicitando à ANJE.

Guia Prático

Requisitos

Para criar um Lar é necessário respeitar os seguintes requisitos:

- Ser pessoa singular ou colectiva que explore o estabelecimento como proprietária, arrendatária ou a qualquer outro título;
- Idoneidade do requerente e do pessoal ao seu serviço;
- Instalações e equipamento adequados, nos termos das normas em vigor;
- Pessoal técnico e auxiliar necessário ao funcionamento do estabelecimento, nos termos das normas em vigor;
- Situação contributiva regularizada perante a segurança social .

Além disso a direcção técnica* do lar deve ser assegurada por um elemento com formação técnica e académica adequada, de preferência na área das ciências sociais e humanas.

Ao director compete, em geral, dirigir o estabelecimento, assumindo a responsabilidade pela programação de actividades e a coordenação e supervisão de todo o pessoal, atendendo à necessidade de estabelecer o modelo de gestão técnica adequada ao bom funcionamento do estabelecimento, e em especial:

- a) Promover reuniões técnicas com o pessoal;
- b) Promover reuniões com os utentes, nomeadamente para a preparação das actividades a desenvolver;
- c) Sensibilizar o pessoal face à problemática da pessoa idosa;
- d) Planificar e coordenar as actividades sociais, culturais, recreativas e ocupacionais dos idosos.

As funções do director técnico podem ser exercidas a meio tempo, quando a capacidade do estabelecimento for inferior a 30 utentes. Quando a capacidade dos lares for inferior a 15 utentes, o director técnico poderá ter um horário semanal variável, mas deve assegurar, no mínimo, uma permanência diária de três horas no estabelecimento.

*Fonte: Despacho Normativo 12/98 de 25 de Fevereiro de 1998

Condições de implantação, edifício

O lar, seja qual for o modelo de instalação* deve ser implantado em zona com boa salubridade, longe de estruturas ou infra-estruturas que provoquem ruído, vibrações, cheiro, fumos ou outros poluentes considerados perigosos para a saúde pública e que perturbem ou interfiram no quotidiano dos utilizadores do lar. Para além disso, em edifícios de raiz, é obrigatório prever o estacionamento de viaturas, em número adequado aos fins do estabelecimento, à sua dimensão e ao número de utilizadores, conforme regulamentos camarários em vigor.

Em edifícios a remodelar ou adaptar para lar, caso não haja área ou zona prevista para estacionamento, devem ser reservados espaços da via pública, no mínimo de um, perto da entrada do edifício, que sirvam a ambulâncias, cargas e descargas e ainda aos utilizadores, quando necessário.

O edifício onde irá funcionar o lar deve obedecer ainda à legislação aplicável, designadamente quanto a edificações urbanas, segurança e higiene no trabalho, segurança contra incêndios, licenciamento de obras particulares, acessibilidade a pessoas com mobilidade condicionada, segurança de instalações de utilização de energia eléctrica e segurança de instalações colectivas em edifícios e entradas, segurança de postos de transformação e seccionamento, instalações telefónicas de assinantes, betão armado e pré-esforçado e canalizações de águas e esgotos.

O lar é composto por áreas funcionais que são:

- a) Área de acesso;
- b) Área de direcção e dos serviços administrativos;
- c) Área das instalações para o pessoal;
- d) Área de convívio e de actividades;
- e) Área de refeições;
- f) Área de serviços;
- h) Área de serviços de saúde;
- g) Área de quartos;
- i) Área de serviços de apoio.

*Fonte: Despacho Normativo 12/98 de 25 de Fevereiro de 1998

Guia Prático

Processo

Verificação na Câmara Municipal

O promotor deste negócio deverá verificar, junto da Câmara Municipal, se existe algum entrave à emissão da licença de utilização do espaço que escolheu para instalar o lar.

Elaboração do ante-projecto e parecer prévio da Segurança Social

Para a implantação do estabelecimento, os interessados devem fazer um ante-projecto da infra-estrutura e solicitar ao Centro Distrital de Segurança Social da respectiva área um parecer técnico prévio relativo às condições necessárias ao desenvolvimento da actividade pretendida.

Elaboração do projecto final

Elaborar o projecto final tendo em conta as sugestões do Centro Distrital de Segurança Social, caso o parecer desta entidade tenha sido favorável.

Aprovação da Câmara

Entregar o projecto final na Câmara Municipal de forma a obter a aprovação e levantar a licença de construção.

Construção ou adaptação

Construir ou adaptar a infra-estrutura e equipá-la. Ter em linha de conta a utilização de materiais de qualidade. Do equipamento de um lar para idosos depende muitas vezes a qualidade e eficácia dos serviços.

Vistoria ou licença da Câmara Municipal

Pedir uma vistoria à Câmara Municipal ou a emissão da licença de utilização.

Vistoria técnica do CDSS e emissão do alvará

O licenciamento do lar para idosos é titulado por alvará, mediante requerimento entregue no Centro Distrital de Segurança Social (CDSS) da respectiva área, sendo a emissão deste precedida de vistoria técnica, nos termos do Decreto-Lei nº 133-A/97 e respectivas actualizações.

Funcionamento

O funcionamento* do lar deve garantir e proporcionar ao idoso:

- a) A prestação de todos os cuidados adequados à satisfação das suas necessidades, tendo em vista a manutenção da autonomia e independência;
- b) Uma alimentação adequada, atendendo, na medida do possível, a hábitos alimentares e gostos pessoais e cumprindo as prescrições médicas;
- c) Uma qualidade de vida que compatibilize a vivência em comum com o respeito pela individualidade e privacidade de cada idoso;
- d) A realização de actividades de animação sócio-cultural, recreativa e ocupacional que visem contribuir para um clima de relacionamento saudável entre os idosos e para a manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas;
- e) Um ambiente calmo, confortável e humanizado;
- f) Os serviços domésticos necessários ao bem-estar do idoso e destinados, nomeadamente, à higiene do ambiente, ao serviço de refeições e ao tratamento de roupas.

Além disso deve permitir:

- a) A convivência social, através do relacionamento entre os idosos e destes com os familiares e amigos, com o pessoal do lar e com a própria comunidade, de acordo com os seus interesses;
- b) A participação dos familiares, ou pessoa responsável pelo internamento, no apoio ao idoso, sempre que possível e desde que este apoio contribua para um maior bem-estar e equilíbrio psico-afectivo do residente.
- c) A assistência religiosa, sempre que o idoso a solicite, ou, na incapacidade deste, a pedido dos seus familiares.

*Fonte: Despacho Normativo 12/98 de 25 de Fevereiro de 1998

Guia Prático

Recursos Humanos

Este ponto é muito delicado neste negócio, ou seja recrutar e selecionar os recursos humanos essenciais para um Lar, é uma tarefa que exige muito. O horário de trabalho, é outro aspecto muito importante pois terá de funcionar durante 24 horas e em regime de turnos, pois está definido por lei o número de horas semanais por trabalhador. Portanto é necessário gerir muito bem o pessoal .

Indicadores de pessoal*:

1 - Para assegurar níveis adequados de qualidade no funcionamento do lar é necessário o seguinte pessoal:

- a) Um animador social em regime de tempo parcial;
- b) Um enfermeiro por cada 40 utentes;
- c) Um ajudante de lar por cada 8 idosos;
- d) Um encarregado de serviços domésticos em estabelecimentos com capacidade igual ou superior a 40 idosos e empregadas da limpeza;
- e) Um cozinheiro por estabelecimento;
- f) Um ajudante de cozinheiro por cada 20 idosos;
- g) Um empregado auxiliar por cada 20 idosos.

2 - Independentemente do pessoal identificado anteriormente, deverá ser assegurada a permanência de um ajudante de lar para vigilância nocturna por cada 20 idosos.

3 - Sempre que o estabelecimento acolha idosos em situação de grande dependência, as unidades de pessoal de enfermagem, ajudante de lar e auxiliar serão as seguintes:

- a) Um enfermeiro por cada 20 idosos;
- b) Um ajudante de lar por cada 5 idosos;
- c) Um empregado auxiliar por cada 15 idosos.

4 - Os indicadores referidos nos números anteriores podem ser adaptados, com a necessária flexibilidade, em função das características gerais, quer de instalação, quer de funcionamento, quer do número de utentes de cada estabelecimento, sem prejuízo de ser em número suficiente para assegurar os cuidados necessários aos utentes nas vinte e quatro horas.

*Fonte: Despacho Normativo 12/98 de 25 de Fevereiro de 1998

Guia Prático

Investimento inicial

Os investimentos vão depender de vários factores, entre os quais, a localização, pois podemos procurar um espaço mais caro, supostamente numa zona mais central, escolher uma decoração que exija a contratação de uma empresa especializada, e a compra de equipamento adequado ao Lar que queremos abrir. Quanto à localização, os preços de arrendamento variam consoante a zona onde pensa abrir o Lar e as infraestruturas existentes. Além disso há pessoas que procuram espaços anteriormente ocupados pelo mesmo ramo, com o objectivo de garantir alguns clientes, e as licenças de utilização. Muitos empreendedores optam por arrendar um espaço novo e adaptá-lo segundo um modelo muito próprio e pessoal. Outros ainda preferem comprar e fazer obras, ou então construir de raiz.

Para o nosso caso escolhemos o exemplo de arrendamento de um espaço, com uma área de cerca de 1.000m² cobertos, que necessita em média de 19 empregados para uma ocupação máxima de 40 utentes permanentes por mês.

Iremos em seguida, apresentar o mapa de investimento inicial do nosso exemplo, contudo os valores que aqui são apresentados, não devem ser assumidos como pressupostos na viabilidade económico-financeira das empresas que pretendem criar lares de idosos. Trata-se de um exercício académico, a realidade irá dizer ao empreendedor os valores que se ajustam à sua realidade.

Rúbricas	Total em euros
Encargos com a constituição da empresa	500 €
Obras	556.800 €
Mobiliário	95.900 €
Equipamento básico	25.000 €
Ar condicionado/extração/Aquecimento	46.400 €
Instalação de som e imagem	10.000 €
Arquitecto	10.000 €
Licenças	5.000 €
Equipamento Informatico	5.000 €
Outros custos e imprevistos	15.000 €
TOTAL	769.600 €

Guia Prático

Prestações mensais

Os valores que aqui são apresentados, não devem ser assumidos como pressupostos na viabilidade económico-financeira dos planos de negócios das empresas que pretendem criar lares de idosos. Trata-se de um exercício académico, a realidade irá dizer ao empreendedor os valores reais.

Custos	Quant.	Valores em euros por mês
Despesas correntes(água, luz, gás,telefone, limpeza, desratização)		10.000 €
Consumíveis /economato		100 €
Salários(s/encargos sociais)		
animador social	1	800 €
enfermeiro	1	1.500 €
ajudante de lar	5	3.000 €
encarregado de serviços domesticos	1	500 €
empregado de limpeza	2	800 €
director técnico	1	2.000 €
cozinheiro	1	650 €
ajudante de cozinha	2	900 €
empregado auxiliar	2	1.100 €
empregado vigilancia nocturna	2	1.600 €
administrativa	1	500 €
Produtos alimentares		10.000 €
Serviço de Contabilidade		150 €
Seguros Multirisco		500 €
Outros Encargos		10.000 €
TOTAL		44.100 €

BALANÇO

Classificação	Critério
Alto	Investimen to
Média	Rentabilidade
Média	Concorrência
Médio	Risco Económico

Guia Prático

CONTACTOS ÚTEIS

Instituto da Segurança Social, I.P.

Rua Castilho, n.º 5 – 3º, 1250-066 Lisboa

Tel. 213 184 900 Fax: 213 184 935

ANJE – Associação Nacional de Jovens Empresários

Academia dos Empreendedores

Casa do Farol, Rua Paulo Gama,

4169-006 Porto

Tel: 22 01 08 072/79

Fax: 22 01 08 067/10

URL: <http://www.anje.pt/academia>

E-mail: academia@anje.pt |

[Ficha Técnica]

Propriedade: Associação Nacional de Jovens Empresários

Distribuição: 15.000 contactos

Redacção: Suzana Alípio (Academia dos Empreendedores)

Edição e Design: José Fontes (Academia dos Empreendedores)