



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Materiais de Formação

**ID-GAMING: DESENVOLVIMENTO DE  
PROGRAMA DE FORMAÇÃO PARA  
MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DE  
PESSOAS COM DEFICIÊNCIA  
INTELECTUAL POR MEIO DE JOGOS  
SÉRIOS**



## **TEMA 1**

**O que significa ter qualidade de vida para pessoas com deficiência intelectual?**

**Estrutura de deficiências intelectuais e desenvolvimento para o funcionamento humano**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# O que é desabilidade intelectual?

O termo **deficiência** é um termo abrangente para as **limitações no funcionamento humano**.

O **funcionamento humano** refere-se a todas as **atividades da vida de uma pessoa**.

Pesquisas recentes lideradas pela **Associação Americana de Deficiências Intelectuais e de Desenvolvimento** e pela **Organização Mundial de Saúde** reconhecem que, além do impacto dos fatores de condição de saúde, **os fatores contextuais são essenciais para a compreensão do funcionamento humano**.

Os fatores contextuais são compostos por

- Fatores comunitários (o ambiente onde se vive e que nos rodeia)
- Fatores pessoais

Isso significa que as limitações no funcionamento humano não são necessariamente consequências de uma patologia, mas devem ser concebidas como múltiplos processos interativos onde cada fator influencia, direta ou indiretamente, as dimensões do funcionamento humano

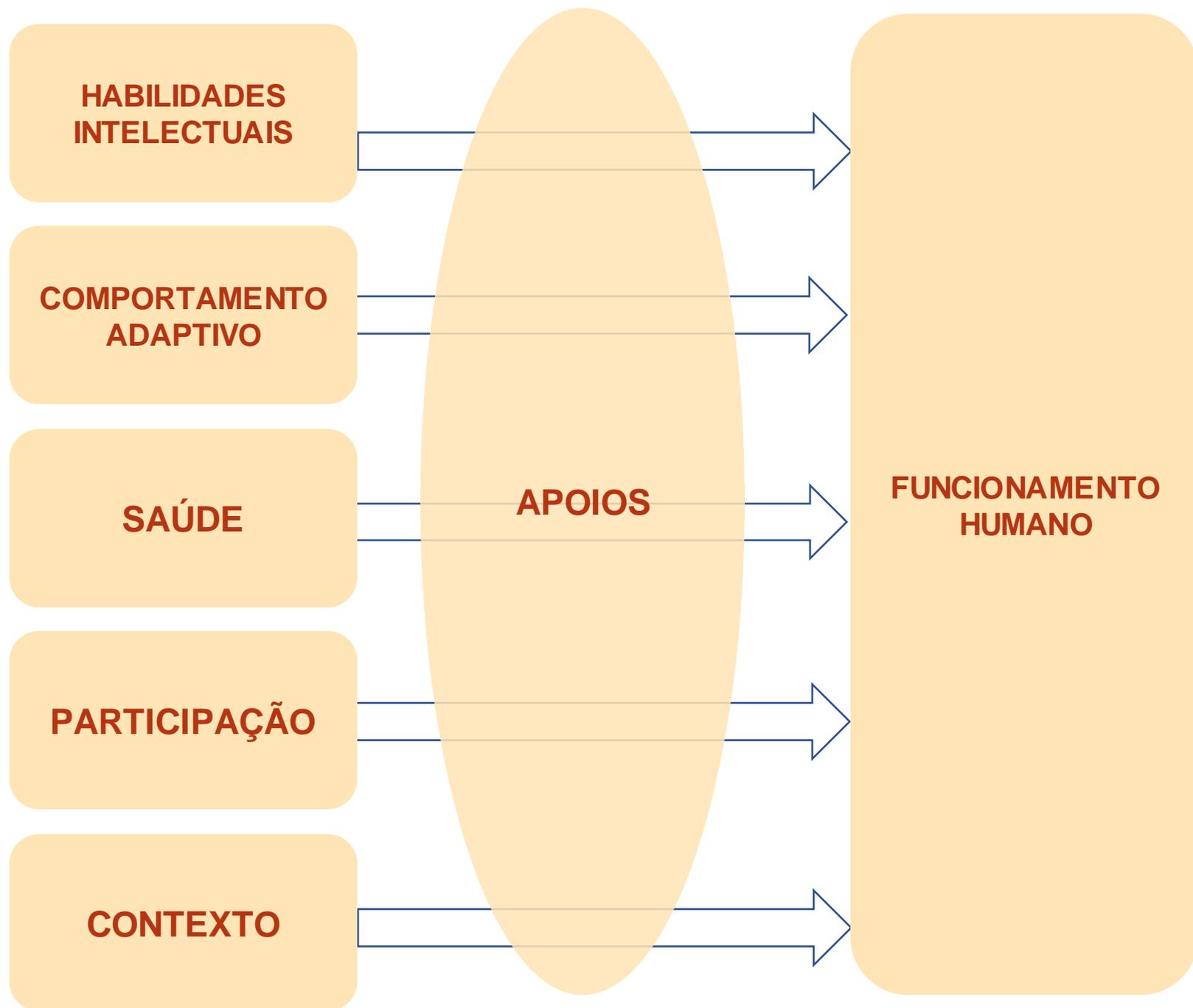
Ao adicionar fatores comunitários e pessoais, um novo modelo mais amplo de funcionamento humano foi considerado ao abordar a deficiência intelectual.

# De que depende o funcionamento humano?

O funcionamento de cada pessoa depende de 2 grandes componentes:

- **5 dimensões**
  - Habilidades intelectuais
  - Comportamento adaptivo
  - Saúde
  - Participação
  - Contexto
- O papel dos **apoios** no funcionamento humano

# De que depende o funcionamento humano?



**De que  
depende o  
funcionamento  
humano?**

## **1. Habilidades Intelectuais**

**Inteligência é uma capacidade mental geral. Inclui raciocínio, planejamento, resolução de problemas, pensamento abstrato, inteligência não é apenas aprendizagem através de livros, uma habilidade acadêmica limitada ou a capacidade de realizar testes.**

**Em vez disso a inteligência reflete uma capacidade mais ampla e profunda de compreender o que nos rodeia, dar sentido as coisas ou descobrir o que fazer.**

De que  
depende o  
funcionamento  
humano?

## 2. COMPORTAMENTO ADAPTIVO

**Comportamento adaptivo** é a coleção de habilidades ou competências conceituais, sociais e práticas que as pessoas aprendem a funcionar no seu dia-a-dia.

Este conceito assenta em 2 pontos chave:

- As limitações de habilidades que normalmente coexistem com pontos fortes noutras áreas,
- Os pontos fortes e limitações de uma pessoa em habilidades adaptativas devem ser considerados dentro do contexto da comunidade e dos ambientes culturais

De que  
depende o  
funcionamento  
humano?

### 3. SAÚDE

**Saúde** é um componente da compreensão do funcionamento humano, porque a condição da saúde de um indivíduo pode afetar o seu funcionamento direta ou indiretamente em cada uma das outras 4 dimensões. Problemas de saúde são distúrbios, doenças ou lesões.

De que  
depende o  
funcionamento  
humano?

## 4. PARTICIPAÇÃO

**Participação** é o desempenho das pessoas em atividades reais nos domínios da vida social e está relacionado ao funcionamento do indivíduo na sociedade. Refere-se a papéis e interações nas áreas de vida doméstica, trabalho, educação, lazer, atividades espirituais e culturais.

A participação também inclui papéis sociais que são atividades válidas consideradas normativas para uma específica faixa etária.

A participação reflete-se na observação direta do empenho e o grau de desenvolvimento nas atividades do quotidiano.

# De que depende o funcionamento humano?

## 5. CONTEXTO

Os **fatores contextuais** representa as raízes completas da vida de um indivíduo:

- **O meio que rodeia** são também fatores que compõem o ambiente físico, social e em relação a atitude em que as pessoas vivem.
- **Fatores pessoais** são as características de cada um como sexo, raça, idade, motivação, estilo de vida, hábitos, educação, profissão, experiências,... características que não fazem parte de uma condição de saúde ou estado de saúde.

# De que depende o funcionamento humano?

## APOIOS

**Apoios** são recursos e estratégias que visam promover o desenvolvimento, a educação e o bem-estar pessoal e que procuram melhorar o funcionamento humano.

Conhecer o contexto em que os apoios são dados é crucial:

1. circunstâncias e o ambiente em que se encontram
2. A realidade é contínua e vai alterando com o ambiente sendo transformado pelos seus membros, que, por sua vez, são transformados pelo ambiente
3. A pessoa desempenha uma papel ativo desenvolvimento e funcionamento humano dele/dela

Os apoios devem ser dados considerando a congruência entre os indivíduos e conforme o seu ambiente e de forma igualitária.

## **TÓPICO 1**

**O que significa ter qualidade de vida para pessoas com deficiência intelectual?**

**A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# A Convenção das Nações Unidas sobre os direitos de pessoas com deficiência

A **Convenção do Direitos de Pessoas com Deficiências** é um acordo internacional de **direitos humanos** das Nações Unidas com a intenção de proteger os direitos e a **dignidade** de pessoas com deficiência. Todas as nações envolvidas estão

empenhadas em, promover, proteger

e garantir o prazer dos direitos humanos

por pessoas com deficiência e garantir que podem desfrutar de **igualdade** perante a lei.

Existem 8 princípios orientadores que são a base da convenção

# Princípios diretores da convenção da ONU

1. **Respeito pela dignidade e autonomia individual** incluindo a liberdade de fazer as próprias escolhas.
2. **Não discriminação**
3. **Participação e inclusão** plena e efetiva na sociedade
4. **Respeito pela diferença** e aceitação de pessoas com deficiência como parte da diversidade humana e da humanidade
5. **Igualdade de oportunidade**
6. **Acessibilidade**
7. **Igualdade** entre homens e mulheres
8. **Respeito pela evolução das capacidades** de crianças com deficiência e respeito pelos direitos das mesmas

# Princípios da convenção da ONU

126 países aprovaram a Convenção dos Direitos das Pessoas com Deficiência.

Serve como um grande catalisador nos direitos globais das pessoas com deficiência, vendo as pessoas com deficiência como membros funcionais e como iguais na sociedade, garantindo os direitos em 3 campos diferentes:

**1**

**DIREITOS CIVIS E POLÍTICOS**

**2**

**DIREITOS ECONOMICOS,  
SOCIAIS E CULTURAIS**

**3**

**DIREITOS DE VIDA  
INDEPENDENTE**

# DIREITOS CIVIS E POLÍTICOS

## ACESSIBILIDADE

Acesso ao ambiente físico

- Acesso a transporte
- Acesso a informação e a comunicação tecnológica

## RECONHECIMENTO PERANTE A LEI E CAPACIDADE JURÍDICA

- Reconhecimento em todo o lado como pessoa perante a lei
- Capacidade jurídica em igualdade com outros

## ACESSO À JUSTIÇA

- Acesso efetivo à justiça em igualdade de condições
- Papel efetivo como participantes em processos judiciais
- Formação adequada para os que trabalham na administração da justiça

## PARTICIPAÇÃO NA VIDA EM PÚBLICO (INCLUINDO O DIREITO AO VOTO)

- Direito a votar independentemente e secretamente
- Instalações, materiais e procedimentos adequados, acessíveis e fáceis de entender e usar

# DIREITOS ECONÓMICOS, SOCIAIS E CULTURAIS

## RESPEITO PELA FAMÍLIA

- Direito a decidir na criação de família
- Direito a adotar crianças

## DIREITO A EDUCAÇÃO

- Direito a educação gratuita e inclusive para todos os níveis, para crianças e adultos
- Medidas apropriadas de aprendizagem como Braille, língua gestual, meios e formatos de comunicação, etc

## DIREITO A SAÚDE

- Gozo do mais alto padrão de saúde possível sem qualquer discriminação

# DIREITOS ECONÓMICOS, SOCIAIS E CULTURAIS

## HABITAÇÃO E REABILITAÇÃO

- Independência máxima, capacidade física, mental, social e vocacional
- Inclusão e participação plena em todos aspetos da vida
- Prestação de serviços com base na avaliação multidisciplinária das necessidades e pontos fortes individuais

## TRABALHO E EMPREGO

- Direito a exercer e escolher um trabalho livremente
- Ambiente inclusivo e acessível
- Condições de trabalho justas e favoráveis, remuneração igual para trabalho de igual valor

## NÍVEL DE VIDA ADEQUADO E PROTEÇÃO SOCIAL

- Padrão de nível de vida adequado para si e as suas família: comida, roupa e habitação
- Acesso à proteção e assistência social sem discriminação

# DIREITOS DE VIDA INDEPENDENTE

## SITUAÇÕES DE RISCO E EMERGÊNCIA HUMANITÁRIA

- Medidas para garantir a proteção e segurança de pessoas com deficiência em situações de conflito armado, emergências humanitárias e ocorrência de desastres naturais

## VIDA INDEPENDENTE

- Os estados podem encorajar a autonomia das pessoas com deficiência intelectual

## COOPERAÇÃO INTERNACIONAL E IMPLEMENTAÇÃO NACIONAL

- Os direitos de desenvolvimento e deficiência dependem da participação popular, cooperação internacional e implementação nacional
- Programas de desenvolvimento devem incluir pessoas com deficiência

## **TÓPICO 1**

**O que significa ter qualidade de vida para pessoas com deficiência intelectual?**

**Definição de qualidade de vida**

# Definição de Qualidade de Vida

Em termos gerais, **Qualidade de Vida** é definido como o grau em que um indivíduo é saudável, confortável e capaz de participar nos eventos da vida.

No entanto, o termo “qualidade de vida” pode ser ambíguo, pois depende da percepção e experiência de cada um. Assim qualidade de vida é altamente subjetiva: enquanto uma pessoa define qualidade de vida de acordo com a riqueza ou satisfação com a vida, outra pessoa pode defini-la em termos de capacidades ou bem-estar emocional.

Esta é a razão pela qual a Organização Mundial da Saúde define Qualidade de Vida como a “percepção de indivíduo da sua posição na vida no contexto da cultura e sistemas de valores nas suas vidas em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações.”

Portanto, a Qualidade de Vida tem uma diversa variedade de contextos e precisamos de parâmetros e indicadores que nos permitam medir adequadamente o nível de Qualidade de Vida das pessoas: as **Dimensões da Qualidade de Vida**

# Modelo De Qualidade De Vida

## 8 DIMENSÕES

Dentro de cada um dos blocos, encontramos um total de 8 dimensões diferentes que apresentam uma visão integral e multidimensional da vida de uma pessoa.

A qualidade de vida de uma pessoa é o produto dessas dimensões, portanto, este modelo pode nos ajudar a avaliar adequadamente seus fatores pessoais e ambientais e aplicar estratégias de melhoria.

## PARTICIPAÇÃO

1. Relações Interpessoais
2. Inclusão Social
3. Direitos

## INDEPENDÊNCIA

4. Autodeterminação
5. Desenvolvimento pessoal

## Bem-Estar

6. Bem-estar emocional
7. Bem-estar físico
8. Bem-estar material

# Modelo de Qualidade de Vida

## DIMENSÕES DE PARTICIPAÇÃO

### 1 **RELAÇÕES INTERPESSOAIS**

- Relações (família, amigos,)
- Interações (redes sociais , contactos sociais)
- Apoios

### 2 **INCLUSÃO SOCIAL**

- Integração e participação comunitária
- Apoios sociais
- Papeis na sociedade

### 3 **DIREITOS**

- Humanos (respeito, dignidade, igualdade)
- Jurídico (cidadania, acesso)

# Modelo de Qualidade de Vida

## DIMENSÕES DA INDEPENDÊNCIA

### 4 AUTODETERMINAÇÃO

- Autonomia/controlo pessoal
- Objetivos e valores pessoais
- Escolhas

### 5 DESENVOLVIMENTO PESSOAL

- Educação
- Competência pessoal
- Performance

# Modelo de Qualidade de Vida

## DIMENSÕES DE BEM-ESTAR

6

### BEM-ESTAR EMOCIONAL

- Contentamento
- Autoconceito
- Falta de stress

7

### BEM-ESTAR FÍSICO

- Saúde e cuidados de saúde
- Atividades do dia-a-dia
- Lazer

8

### BEM-ESTAR MATERIAL

- Estatuto financeiro
- Emprego
- Habitação