

ENVELHECIMENTO ATIVO: CONCEITO E DESAFIOS

Prof. Dr. Alfredo Almeida Pina-Oliveira

**Profa. Dra. Ana Claudia Camargo
Gonçalves Germani**

2016



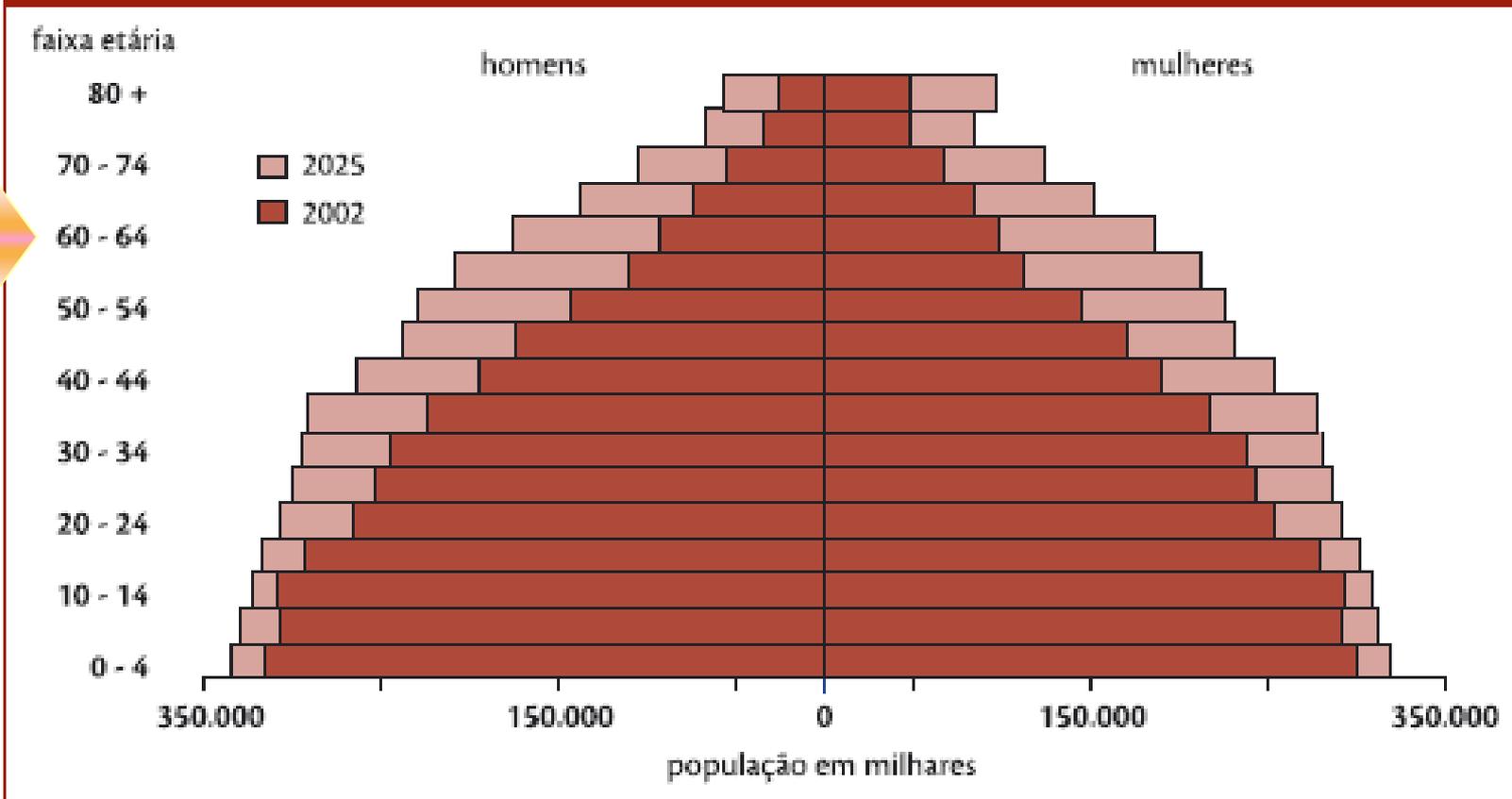
Manga Madura



- Alguém aí já comeu manga madura, daquelas bem suculentas, e provou seu suco doce, que escorre pela boca e mancha toda a roupa? Então, ali, sentindo o gosto da fruta, a gente tem certeza de que ela está no seu auge, no máximo de tudo que é e pode oferecer. A sua “madurez” é desejada, querida. Ninguém vai ter essa sensação quase erótica ao morder uma manga verde e dura. Então por que será que a gente não consegue transpor esse exemplo para nossa própria vida? Por que a maturidade, ou o envelhecer, nos apavora tanto?

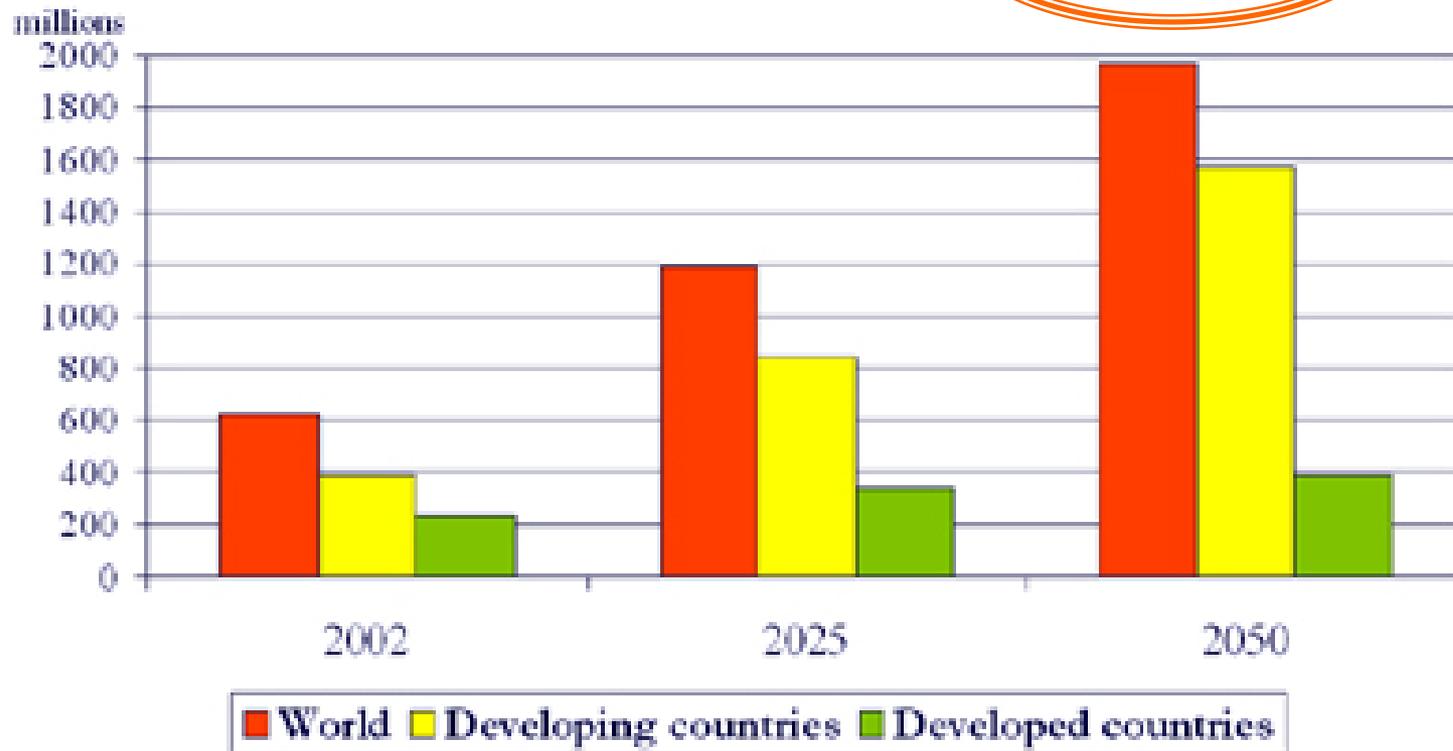
http://vidasimples.abril.com.br/subhomes/grandestemas/grandestemas_256685.shtml

figura 1. Pirâmide da população mundial em 2002 e em 2025



Fonte: Nações Unidas, 2001.

Number of people aged 60 and over



Source: UN, 2002

Avanços

- *O envelhecimento da população é, antes de tudo, uma história de sucesso para as políticas de saúde pública, assim como para o desenvolvimento social e econômico. ...*

Gro Harlem Brundtland, Diretor-Geral, OMS, 1999



Desafio...

- Para a pessoa,
 - Para a família
 - Para o Estado,
- e, principalmente,

.....o desafio para a promoção da saúde e da formação de recursos humanos em Geriatria e Gerontologia

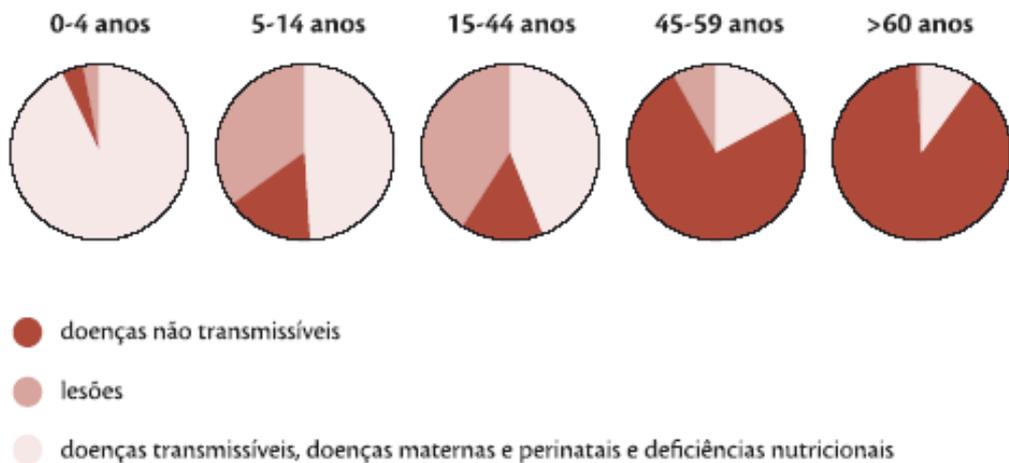
COSTA, E. F. A.; PORTO, C. C.; SOARES, A. T. - **Envelhecimento populacional brasileiro e o aprendizado de geriatria e gerontologia.** *Revista da UFG, Vol. 5, No. 2, dez 2003 on line* (www.proec.ufg.br)





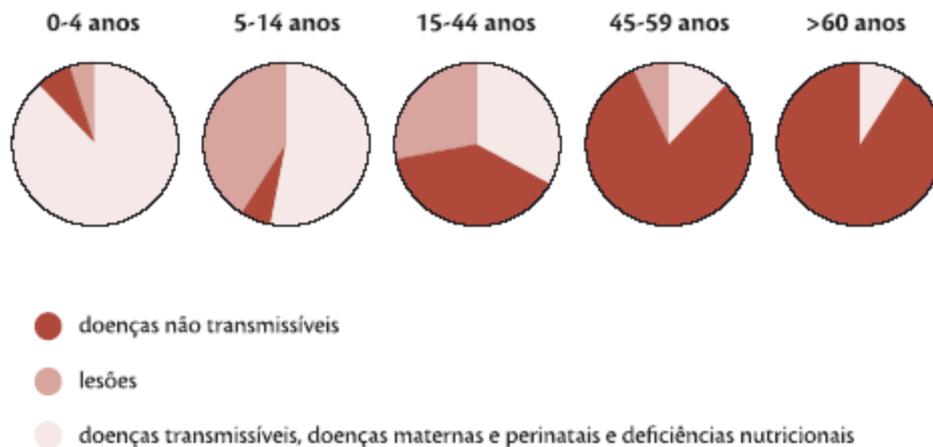
- O envelhecimento populacional produz impacto direto nos **serviços de saúde**, uma vez que os idosos apresentam mais **problemas de saúde**, especialmente de longa duração.

figura 5. Principais causas de morte, em ambos os sexos, 1998, em países de baixa e média renda, por idade



Fonte: OMS (1999) Relatório Mundial de Saúde, Banco de Dados.

figura 6. Principais causas de carga de doenças, em ambos os sexos, 1998, em países de baixa e média renda, por idade



Fonte: OMS (1999) Relatório Mundial de Saúde, Banco de Dados.



Informação- ação



Perfil de morbidade

Planejamento das ações de saúde

LOYOLA FILHO, Antônio Ignácio de, LEITE MATOS, Divane, GIATTI, Luana *et al.* **Causas de internações hospitalares entre idosos brasileiros no âmbito do Sistema Único de Saúde.** *Epidemiol. Serv. Saúde*, dic. 2004, vol.13, no.4, p.229-238. ISSN 1679-4974.

- As causas de internação mais comuns entre idosos correspondem a doenças cuja ocorrência e agravamento podem ser minimizados por **intervenções dos serviços de saúde**
 - atividades educativas;
 - campanhas de vacinação contra gripe,
 - atendimento domiciliar, entre outras.





“O **envelhecimento saudável** decorre da menor prevalência de doenças crônicas e/ou das suas limitações funcionais”.

Jacob-Filho, W. - 2004



Envelhecimento **Ativo**

Processo de otimização das oportunidades de ***saúde, participação e segurança***, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas.

Organização Mundial da Saúde



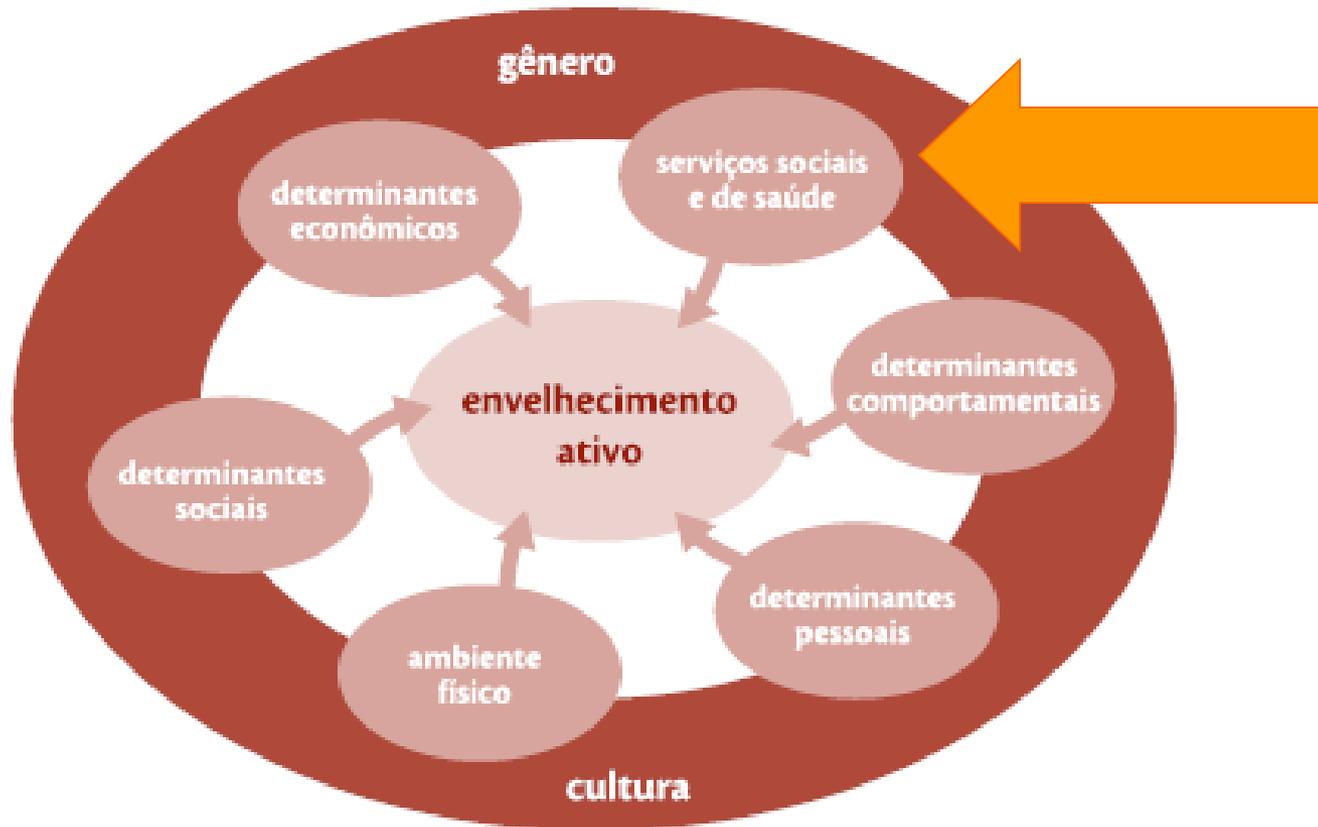
....Ativo



- refere-se à participação contínua nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, e não somente à capacidade de estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho.

Aplica-se tanto a indivíduos quanto a grupos populacionais.

figura 8. Os determinantes do envelhecimento ativo



Políticas
públicas

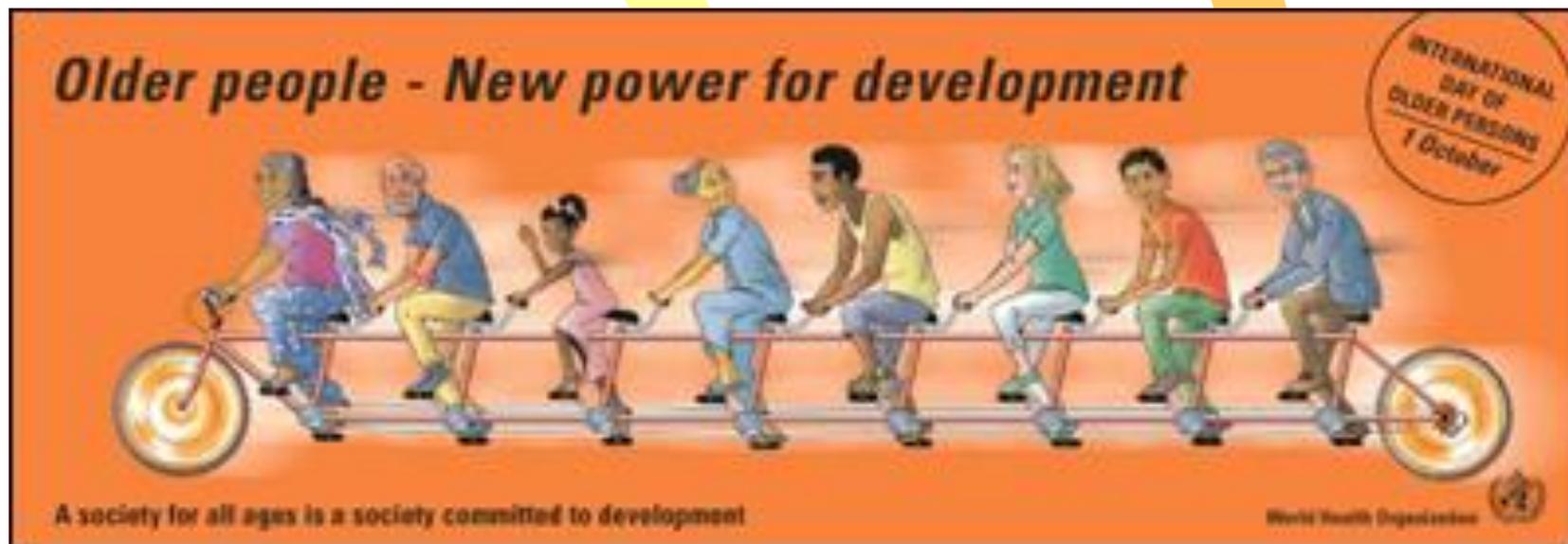
Ambientes
saudáveis

Ação
comunitária

Habilidades
individuais

Serviços de saúde
ambulatórios





Políticas
públicas

ESTATUTO DO IDOSO

Lei nº 10.741, de 1º.10.2003
publicado no DOU de 3.10.2003

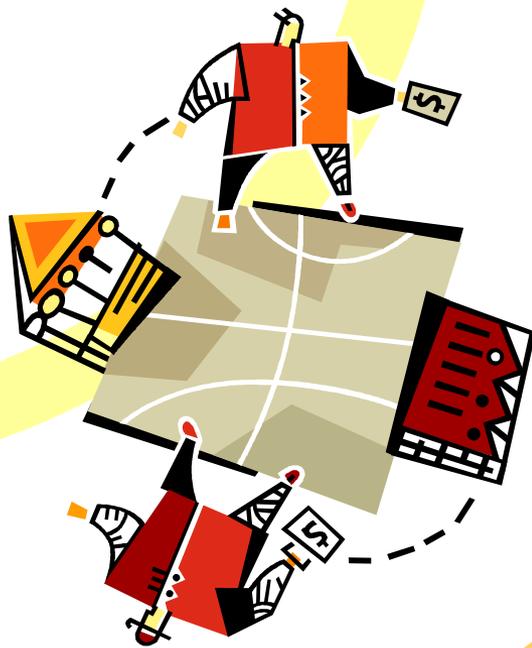
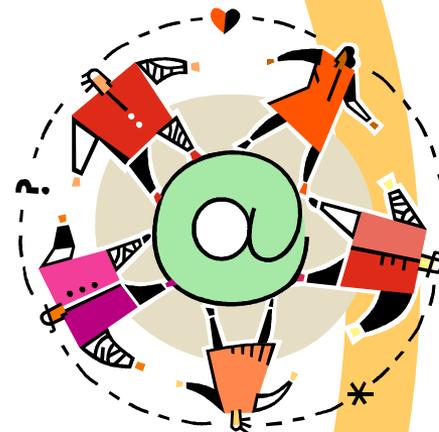


Ambientes saudáveis



http://www.casasegura.arq.br/a_casa.php

Ação comunitária



- CRI – Centros de Referência do Idoso
- Home care
- Programas Senior
- Cursos e Ligas acadêmicas

Reorientação dos
Serviços de Saúde

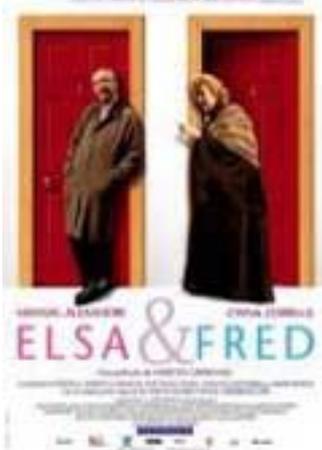
Habilidades individuais



- **Adoção individual de novos hábitos de vida:**

- redução do tabagismo e do consumo excessivo de álcool;
- dieta com baixo teor de gordura;
- prática rotineira de atividade física





CPS

Cine Pipoca Saudável



- Elza e Fred Um Amor de Paixão – Marcos Carnevale
- O que falar de um filme que narra o encontro romântico entre dois velhinhos que no limiar da vida, se vêm apaixonados e cheios de vida. E além disso são extremamente carismáticos e engraçados, levando o cinema todo a gargalhadas deliciosas?
- Elza e Fred são assim: deliciosos. Não tem como não adorar os dois protagonistas deste filme. Logo de cara, todos os amam e torcem por eles.
- Fred se muda a um novo prédio, logo após ficar viúvo, no qual terá Elza como vizinha. Ela, muito atirada e comunicativa, tenta viver intensamente cada dia, enquanto Fred é um hipocondríaco e quieto senhor. Mesmo com essas diferenças, e pela insistência de Elza, essas diferenças são superadas, e nasce uma paixão nessa amizade tardia. Em meio a cenas sempre engraçadas, e diálogos a respeito da velhice afiados, acompanhamos esse amor tardio com um sorriso nos lábios.