

A longevidade da população e os desafios envolvidos

The longevity of the population and the challenges involved

Bárbara Batista Goulart Portugal¹, Paulo Sergio Falchi Junior¹, Leandra Duarte Bastos¹, Pedro Lio-ncio Carvalho²

Resumo

A população idosa requer cuidados específicos e essa preocupação tem gerado inúmeras discussões e a realização de estudos que visam à melhora em sua qualidade de vida. Assim sendo, o trabalho atual visa discutir sobre a situação social do idoso no Brasil, considerando os aspectos demográficos, epidemiológicos e psicossociais.

Palavras-chave: Longevidade. Envelhecimento. Doenças crônicas.

Abstract

The elderly require special care and concern that has generated numerous discussions and studies aimed at improving their quality of life. Thus, the present work aims to discuss the social situation of the elderly in Brazil, considering the demographic, epidemiological and psychosocial aspects.

Keywords: Longevity. Aging. Chronic diseases.

Introdução

Estudos apontam para um fenômeno de transição demográfica no qual ocorre o envelhecimento populacional, fenômeno observado nos países desenvolvidos no final do século XIX, ao longo do XX e em países em desenvolvimento, como o Brasil¹. No entanto, o contexto socioeconômico brasileiro não demonstra acompanhamento desse processo, principalmente, por seu ritmo acelerado, o que dificulta o desenvolvimento e a aplicação de políticas eficazes.² Diversos estudos e discussões têm sido realizados, a fim de coletar dados sobre o novo perfil populacional,

entretanto, traçar o do idoso no Brasil se torna um desafio devido à grande heterogeneidade das regiões brasileiras, como mostra o gráfico abaixo (Figura 1).

De modo geral, a presença de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) ainda é o principal fator associado à qualidade de vida do idoso, portanto, o cuidado com a saúde é fundamental, sobretudo, ao se evitar uma dieta desbalanceada, tabagismo, etilismo e sedentarismo. O presente trabalho tem por objetivo abordar um panorama da expectativa de vida no Brasil e apontar formas simples, mas objetivas de otimizar a qualidade de vida do idoso.

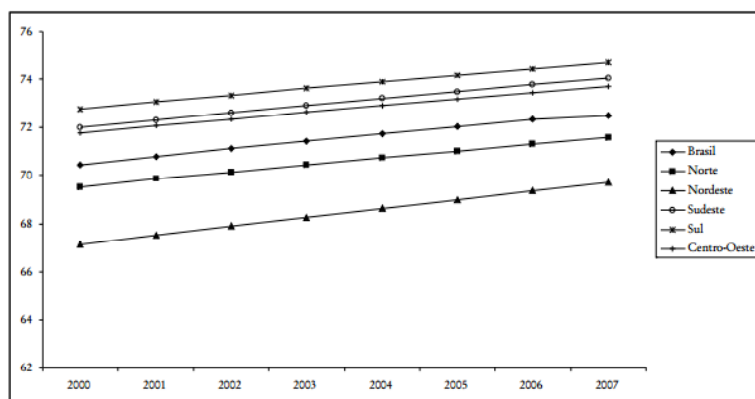


Figura 1. Expectativa de vida ao nascer no Brasil, ambos os sexos, no período de 2000-2007.

Fonte: IBGE/Projeções demográficas preliminares e DATASUS.

1. Discente do curso de Medicina da Universidade Severino Sombra, Vassouras-RJ, Brasil.

2. Docente das Disciplinas Anatomia Sistemática e Aplicada I e II da Universidade Severino Sombra, Vassouras-RJ, Brasil.

Material e Métodos

Foi realizada revisão da literatura mediante a identificação, leitura e síntese de artigos indexados na base SCIELO. Adicionalmente, foi consultado livro de Gerontologia e Geriatria⁴. A inclusão dos artigos na presente revisão foi realizada de acordo com o que os autores julgaram relevantes e não repetitivos.^{1,2,3}

Resultados e Discussão

Segundo dados da ONU, a expectativa de vida no Brasil é de 72,3 anos e dados da OMS apontam que somente o controle da hipertensão arterial sistêmica reduziria em 35 a 40% a incidência de acidente vascular cerebral (AVC), 20 a 25% de infarto agudo do miocárdio (IAM) e mais de 50% de insuficiência cardíaca congestiva. Neoplasias de mama, colo do útero e próstata poderiam ser prevenidas em 40% ou mais, com a realização de exames diagnósticos periódicos³. Portanto, é evidente a necessidade de mudança de hábitos na vida das pessoas para o alcance de um envelhecimento saudável. Ao idoso é necessária a inserção em atividades que o faça se sentir útil e se envolver em ocupações que lhes proporcionem prazer e felicidade. É indiscutível a presença da família nessa questão, o que fortalece as relações e a aceitação quanto aos desdobramentos do envelhecimento.⁴ Deve-se entender que as relações entre pais e filhos se modificam, pois os idosos se tornam cada vez mais dependentes, com o estabelecimento de inversão de papéis. Além da família, o convívio em sociedade é importante, pois permite a troca de experiências, ideias, sentimentos, dúvidas e até de afeto.

Conclusão

A questão do envelhecimento deve ser olhada de forma abrangente, pois existem muitos fatores envolvidos. A situação social da pessoa idosa no Brasil requer discussões mais objetivas sobre seu papel e suas relações em família e em sociedade. Na formação de profissionais da saúde e da educação, a Avaliação Geriátrica Ampla deve ser empregada como rotina na clínica médica, pois essa atividade pode ser crucial na condução de um envelhecimento mais saudável, pois não basta almejar vida longa, mas uma melhor qualidade para este viver.

Referências

1. Gottlieb MG. Envelhecimento e longevidade no Rio Grande do Sul: um perfil histórico, étnico e de morbi-mortalidade dos idosos. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*[on line] 2011. 14(2): 1-7.
2. Mendes MRSSB. A situação social do idoso no Brasil: uma breve consideração. *Acta paul. enferm.*[on line]. 2005. 18 (4): 1-7.

3. Patricio KP. O segredo da longevidade segundo as percepções dos próprios longevos. *Ciênc. saúde coletiva.*[on line]. 2008. 13 (4): 1 - 7.

4. Freitas EVD. *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. 2ª Edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.