

Envelhecer... Prêt-à-porter ou alta-costura?



Armando Almeida · 28 de Setembro de 2018, 18:24

Dia 1 de outubro é o Dia Mundial do Idoso

Envelhecer é talvez a maior conquista da humanidade... A melhoria significativa na salubridade ambiental e nas condições de vida, conjugadas com a evolução dos cuidados de saúde, contribuíram para a redução da mortalidade infantil e para o aumento da longevidade. Em Portugal, no espaço de um século, passamos a viver mais do dobro da idade (a esperança de vida à nascença em 1920 era de 35,6 anos; em 2016 passou para os 81,3).

Viver mais não significa, no entanto, viver com qualidade. O nosso país ocupa os últimos lugares da Europa em anos de vida não saudável após os 65 anos, sendo expectável que as mulheres possam viver, em média, 15,4 anos com limitações funcionais/incapacidades, após essa idade. É caso para perguntar, será que estamos a acrescentar anos à vida à custa do aumento da morbilidade e não vida aos anos, como defende atualmente a Organização Mundial de Saúde?

É tempo de ser tempo para repensar nas respostas... O envelhecimento que estudamos hoje não é o mesmo de alguns anos. Vivemos até aos 80, 90, 100 e o fenómeno é tão novo que ainda não temos respostas para as novas necessidades. Medicamos as doenças com esquemas terapêuticos testados em adultos, cuja constituição corporal é muito diferente da de um octogenário; temos leis que protegem as crianças, mas dificuldade em dar resposta a idosos que sofrem de negligência;

especializamos e subespecializamos o tratamento da doença, mas somos ineficazes ao estruturar respostas multidisciplinares de proximidade que permitam viver bem com ela...

Viver muito significa ser diferente... ser especial... porque associado à longevidade, desenvolve-se uma forma própria de olhar o mundo, carregada de conhecimento, experiências e emoções que tornam as pessoas idosas únicas e irrepetíveis. Talvez seja por isso que o modelo herdado do século passado, de reunir idosos em torno de uma sala, para a realização de atividades comuns, não seja, na maioria das vezes, profícuo...

A Organização Mundial da Saúde alerta que manter a capacidade funcional e preservar a autonomia é fundamental. E isso significa, por exemplo, gestos simples como assegurar a gestão, nem que seja de pequenas quantias de dinheiro, símbolo de independência na nossa sociedade.

É caso para dizer que ao longo dos últimos anos insistimos em soluções de *prêt-à-porter* para uma nova faixa etária que carece de respostas de alta-costura. Repensar nas respostas significa criar soluções únicas para as novas demandas. É para isso que investigamos, é por isso que refletimos...

**Professor do Instituto de Ciências da Saúde – Porto da
Universidade Católica Portuguesa**