

DECADA DO ENVELHECIMENTO SAUDEL (2020 - 2030) : OS DESAFIOS ENFRENTADOS PELOS GESTORES E PELOS IDOSOS

TRICIA MARCELA CRUZ SILVA GUERRA¹

RESUMO

A mudança demográfica global, impulsionada pelo aumento da longevidade, está reconfigurando as necessidades em cuidados de saúde e abrindo novas possibilidades para a prática da fisioterapia geriátrica. À medida que a expectativa de vida se expande, é crucial adotar abordagens eficazes para assegurar a saúde e o bem-estar dos idosos. Este artigo se fundamenta em uma revisão bibliográfica realizada em julho de 2024, com ênfase na análise de publicações pertinentes. As palavras-chave empregadas na pesquisa foram "Envelhecimento Saudável", "Políticas de Saúde do Idoso" e "Década do Envelhecimento Saudável".

Palavras-chave: ENVELHECIMENTO SAUDEL. POLITICAS DE SAUDE DO IDOSO. DECADA DO ENVELHECIMENTO SAUDEL

ABSTRACT

Global demographic change, driven by increasing longevity, is reconfiguring healthcare needs and opening up new possibilities for the practice of geriatric physiotherapy. As life expectancy expands, it is crucial to adopt effective approaches to ensure the health and well-being of older adults. This article is based on a literature review carried out in July 2024, with an emphasis on the analysis of pertinent publications. The keywords used in the research were "Healthy Aging", "Health Policies for the Elderly" and "Decade of Healthy Aging".

Keywords: Healthy Aging. Health Policies for the Elderly. Decade of Healthy Aging

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população é um fenômeno global que apresenta grandes desafios, tanto para países em desenvolvimento quanto para nações desenvolvidas. Esse cenário exige a criação e implementação de políticas públicas direcionadas para atender às necessidades específicas das pessoas idosas.

A Organização Pan-Americana da Saúde é um organismo internacional de saúde pública com um século de experiência dedicado a melhorar as condições de saúde dos países das Américas, sempre com uma atenção especial aos grupos

¹ Tricia Marcela Cruz Silva Guerra - Fisioterapeuta Pós Graduada em Fisioterapia Gerontologica e Gerontologia e Saude Mental pela Faculdade Libano - ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-1832-1736>

mais vulneráveis, como a população idosa. A Organização exerce papel fundamental na melhoria de políticas e serviços públicos de saúde, por meio da transferência de tecnologia e da difusão do conhecimento acumulado por meio de experiências produzidas nos Países-Membros (MORAES, 2012).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) indica que, do ponto de vista biológico, o envelhecimento é a consequência da acumulação de uma grande variedade de danos moleculares e celulares ao longo do tempo, levando a uma diminuição gradual das capacidades físicas e mentais, a um aumento do risco de doenças e, em última análise, à morte. Entre 2000 e 2050, a proporção da população mundial com 60 anos de idade ou mais duplicará, passando de 11% para 22% (SILVA et al, 2024).

Na área da saúde, essa rápida transição demográfica e epidemiológica traz grandes desafios, pois é responsável pelo surgimento de novas demandas de saúde, especialmente a “epidemia de doenças crônicas e de incapacidades funcionais”, resultando em maior e mais prolongado uso de serviços de saúde (MORAES, 2012).

Um dos desafios identificados é a falta de recursos financeiros, o que aponta para a necessidade de compromisso político e alocações orçamentárias específicas para apoiar o Envelhecimento Saudável. Devemos nos comprometer a aumentar nossos esforços se quisermos fortalecer os sistemas de saúde e de proteção social que promovem o Envelhecimento Saudável e apoiam a sustentabilidade econômica", disse a subdiretora da OPAS, Rhonda Sealey-Thomas (OPAS, 2024).

Atualmente, o tema envelhecimento tem sido temática de discussões e estudos, em virtude do crescimento do número de idosos na sociedade (BACHA et al, 2016).

O aumento da expectativa de vida está associado à relativa melhoria no acesso da população aos serviços de saúde, às campanhas nacionais de vacinação, aos avanços tecnológicos da medicina, ao aumento do número de atendimentos pré natais, ao acompanhamento clínico dos recém-nascidos e ao incentivo do aleitamento materno, ao aumento do nível de escolaridade da população, aos investimentos na infraestrutura e saneamento básico e à percepção dos indivíduos com relação às enfermidades (ARAUJO et al, 2017).

2 DESENVOLVIMENTO

O envelhecimento populacional é um dos maiores acontecimentos da sociedade moderna. Em função da queda da fecundidade e da mortalidade, e do consequente aumento da expectativa de vida, praticamente todas as regiões do globo, incluindo o Brasil, têm experimentado o crescimento gradual da população de idosos. Estima-se que em 2050 cerca de 1,5 bilhão de pessoas no mundo terão 65 anos ou mais, correspondendo a aproximadamente 16% da população (CARNEIRO et al, 2021).

O prolongamento da vida, de fato, é uma aspiração de qualquer sociedade e deve ser comemorado amplamente. No entanto, só pode ser considerado como uma real conquista na medida em que se agregue qualidade aos anos adicionais de vida. Assim, qualquer política destinada aos idosos deve considerar sua capacidade funcional, necessidade de autonomia, participação, cuidado e autossatisfação. Também deve abrir campo para possibilidade de atuação em variados contextos sociais e de elaboração de novos significados para a vida na idade avançada. E ainda incentivar, fundamentalmente, a prevenção, o cuidado e a atenção integral à

saúde das pessoas idosas (BARRETO et al, 2015).

O envelhecimento populacional e o aumento na expectativa de vida trazem consequências econômicas e sociais consideráveis que exigem aprovação e desenvolvimento de ações políticas. Enquanto reduz-se a mortalidade por doenças infectocontagiosas, cresce o número de doenças crônico-degenerativas em consequência do aumento da longevidade. As doenças crônico-degenerativas podem levar à incapacidade funcional precoce (BENEDETTI et al, 2007).

O fenômeno de envelhecimento populacional traz consigo mudanças enormes nas capacidades e necessidades da população, afetando diversos aspectos da vida social e econômica. Por exemplo, a mudança demográfica afeta a participação na força de trabalho e o gasto em saúde, aumentando a pressão nos sistemas de previdência e de saúde que prove em proteção social à população. Adicionalmente, a carga de doenças crônicas não transmissíveis afeta desproporcionalmente a população mais idosa e os cuidados adicionais requeridos por esta população, usualmente, recaem sobre as famílias (MREJEN et al, 2022).

A partir deste panorama, desde os anos 1980 há um crescente interesse no idoso, com o estímulo em todo o mundo ao envelhecimento saudável ou ativo, que tem a autonomia do idoso entre suas premissas (CARNEIRO et al, 2021).

Internacionalmente, o debate sobre o envelhecimento ganhou destaque na I Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento organizada pela Organização das Nações Unidas em 1982. Nesse encontro, definiu-se que a velhice teria como marco 65 anos nos países desenvolvidos e 60 nos países em desenvolvimento. A expectativa de vida passou a ser considerada um dos indicadores que demonstram índices de desigualdade entre países (ESCORSIM, 2021).

O envelhecimento humano é influenciado por diferentes fatores e experiências no curso de vida e manifesta alterações na dimensão física, mental e psicossocial, que podem levar a um envelhecimento com diminuição de autonomia e independência, no qual está incluído as síndromes da fragilidade física e as geriátricas (Sétlik et al, 2022).

Devido a várias alterações no organismo, os idosos estão mais propensos a apresentarem disfunções em diferentes órgãos concomitantemente, sendo a disfunção motora uma das mais afetadas, além da diminuição da densidade óssea que pode proporcionar um maior risco de fraturas (SANTOS et al, 2023).

Existem diversas patologias e doenças crônicas que atingem a população idosa, sendo em grande parte acidente vascular encefálico (AVE), infarto agudo do miocárdio (IAM), neoplasias, osteoporose, diabetes, fraturas. Diante disto, as sequelas são inevitáveis na maioria dos casos, o que leva o idoso a um estado de fragilidade. Nesse sentido, o processo de reabilitação entra em cena, no qual o fisioterapeuta tem a capacidade de auxiliar neste momento, introduzindo uma conduta adequada para que o idoso possa recuperar sua funcionalidade e voltar a realizar as AVD (Atividade de vida diária) (SILVA et al, 2021).

As síndromes geriátricas, também denominadas como Grandes Síndromes Geriátricas, abrangem a instabilidade postural, incontinência urinária/esfincteriana, insuficiência familiar, imobilidade, incapacidade cognitiva, iatrogenia e incapacidade comunicativa (SETLIK et al, 2022).

A falta de equilíbrio postural pode levar a limitações das atividades de vida diária, reduzindo a autonomia e aumentando o risco de quedas, sendo as quedas uma importante causa de morbidade e mortalidade em indivíduos acima dos 65 anos de idade. Estudos sugerem que os distúrbios do equilíbrio postural possam ser a causa de quedas e de acidentes com graves consequências em idosos (LIMA et al,

2017).

A avaliação da capacidade funcional dos idosos gera informações que permitem conhecer o perfil e auxiliar na definição de estratégias de atenção à saúde com o objetivo de retardar e prevenir incapacidades. É avaliada por instrumentos que medem a dificuldade e/ou a necessidade de auxílio para realizar as atividades básicas (ABVD) e instrumentais de vida diária (AIVD). Considerando a prevenção do declínio funcional da população idosa como meta de saúde pública para a manutenção de populações saudáveis, o estudo da capacidade funcional torna-se um tema relevante na atualidade. (BOGGIO et al, 2015).

As atividades de vida diária básicas são fundamentais para a autopreservação e sobrevivência do indivíduo e referem-se às tarefas do cotidiano necessárias para o cuidado com corpo, como tomar banho, vestir-se, higiene pessoal (uso do banheiro), transferência, continência esfinteriana e alimentar-se sozinho. As atividades banhar-se, vestir-se e uso do banheiro são funções influenciadas pela cultura e aprendizado, portanto, mais complexas. Atividades como transferência, continência e alimentar-se são funções vegetativas simples, portanto, mais difíceis de serem perdidas (MORAES, 2012).

Neste sentido é possível caracterizar o apoio prestado aos idosos em cuidado formal ou informal. Os sistemas formais de cuidado são constituídos por profissionais e instituições que realizam assistência sob a forma de prestação de serviço, ou seja, pessoa ou agências comunitárias contratadas para tal finalidade. Os sistemas informais compreendem pessoas da família, amigos e vizinhos, que fornecem apoio e cuidados voluntários ao idoso com incapacidade funcional (BATISTA et al, 2011).

Mundialmente, os sistemas informais são essenciais para o cuidado com os idosos dependentes. Entretanto os cuidadores informais, frequentemente mulheres idosas, devem ser amparados na prestação de auxílio aos idosos e no cuidado consigo mesmo, uma vez que é reconhecido que a tarefa de cuidar pode levar ao adoecimento do próprio cuidador. Para tanto, é essencial o fornecimento de informações que amparem os cuidadores no cuidado, bem como a garantia de acesso à serviços de apoio (BATISTA et al, 2011).

O aumento da expectativa de vida, assim como as mudanças que vêm ocorrendo na estrutura familiar são fatores que contribuem para aumento proporcional do número de pessoas idosas vivendo sozinhas. O cuidado com a pessoa idosa no ambiente familiar encontra resistência no tamanho das famílias, que estão menores, geograficamente dispersas e complexas (FILHO et al, 2022).

O processo de envelhecimento, porém, é complexo e envolve mudanças não lineares ou consistentes, que podem ser apenas vagamente associadas à idade de uma pessoa em anos. Nesse sentido, longe de ser vivenciada por todos os indivíduos da mesma maneira, a velhice caracteriza-se como um fenômeno de caráter diferenciado e singular, que “flutua de acordo com as épocas e as culturas” e pode sofrer influências de variáveis derivadas: “do meio ambiente; das condições de trabalho; da classe social e do modo de vida” (BARROS et al, 2021).

Diante desse cenário, a construção de um mundo mais favorável aos idosos é cada vez mais necessária, mas isso, segundo a OMS (2015), exige ações que, além de combater a discriminação etária, permitam a autonomia da pessoa idosa e apoiem o envelhecimento saudável em todas as políticas e em todos os níveis de governo (BARROS et al, 2021).

Observa-se um aumento crescente na implantação de programas de atividades físicas em todo o mundo, destacando-se a importância do envolvimento

social e a necessidade de criar hábitos saudáveis de vida por meio da prática regular de atividades físicas oferecidas para toda a população. Sabe-se que, muitas vezes, por trás dessas propostas estão implícitos interesses econômicos, como redução de gastos com internações hospitalares e de recursos humanos. Os resultados mostram que os ganhos não são apenas econômicos, mas, sobretudo, na melhoria da qualidade de vida das pessoas nos diferentes aspectos, sejam eles físicos, psicológicos ou sociais (BENEDETTI et al, 2007).

Contudo, apesar de tanto nos países desenvolvidos, como nos em desenvolvimento, esse envelhecimento populacional ter acarretado transformações na incidência e prevalência das doenças, bem como alavancado os índices de óbitos causados pelas Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), ao mesmo tempo não fez com que surgissem políticas públicas que, verdadeiramente, atendessem suas reais necessidades (BARRETO, 2015).

Manter uma vida ativa, como sugerem a ONU e a OMS, é essencial para promover e manter um envelhecimento ativo e saudável. Para tal, são imprescindíveis programas e ações públicas de atividades físicas específicas voltadas para a população idosa. As diretrizes propostas têm o potencial de contribuir para: ações que favoreçam idosos considerados pouco ativos a aumentar o nível de atividade física, inserindo-os em grupos específicos para melhorar também o contato social; ações que favoreçam os idosos considerados ativos a se manterem ativos, principalmente no domínio do lazer, mantendo sua capacidade funcional (BENEDETTI et al, 2007).

Apesar do reconhecimento do valor da autonomia para o bem-estar e do incentivo em políticas mundiais para preservar a autonomia dos idosos, embora os serviços de saúde devam ter como prioridades preservar a dignidade e a autonomia e minimizar o sofrimento dos pacientes, em muitas circunstâncias esses objetivos não são atingidos (CARNEIRO et al, 2021).

3 CONCLUSÃO

Em conclusão, o crescimento global da população geriátrica demanda uma preparação contínua e eficiente dos países para enfrentar as variadas necessidades relacionadas à saúde e aos cuidados médicos dos idosos. As políticas públicas devem incorporar estratégias eficazes para a gestão de doenças crônicas, cuidados paliativos e reabilitação geriátrica, garantindo suporte apropriado para as condições de saúde específicas da terceira idade. A integração de fisioterapia especializada é particularmente crucial para melhorar a mobilidade, prevenir quedas e promover uma qualidade de vida superior entre os idosos. A adoção dessas medidas é fundamental para assegurar um envelhecimento saudável e digno, refletindo um compromisso com a saúde e o bem-estar da população idosa em um cenário global.

Para atingir esses objetivos, é essencial fortalecer iniciativas como a assistência domiciliar e explorar alternativas à institucionalização. Além disso, a capacitação de cuidadores formais e profissionais em Gerontologia é indispensável. O aumento da expectativa de vida deve ser acompanhado por um avanço na qualidade de vida, exigindo uma abordagem abrangente, integrada e colaborativa no cuidado aos idosos.

Nesse contexto, a importância das clínicas de fisioterapia geriátrica especializada torna-se ainda mais evidente, já que elas desempenham um papel vital na promoção da reabilitação, manutenção da autonomia e melhoria da qualidade de vida dos idosos. A relevância das pesquisas na área de fisioterapia

geriátrica e gerontologia não pode ser subestimada. Estudos contínuos e aprofundados são essenciais para o desenvolvimento e aprimoramento de intervenções que atendam às necessidades específicas da população idosa. A pesquisa nesta área contribui para a criação de práticas baseadas em evidências, aumenta a eficácia dos tratamentos e promove um envelhecimento saudável. Portanto, apoiar e incentivar investigações na fisioterapia geriátrica e gerontologia é crucial para enfrentar os desafios do envelhecimento e garantir uma qualidade de vida otimizada para os idosos.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Sarah Nilkece Mesquita *et al.* **Tecnologias voltadas para o cuidado ao idoso em serviços de saúde: uma revisão integrativa** . Scirlo. 2017. 17 p. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.16.2.247241> . Acesso em: 10 jul. 2024.

BACHA, Jessica Maria Ribeiro *et al.* **Impacto do treinamento sensório-motor com plataforma vibratória no equilíbrio e na mobilidade funcional de um indivíduo idoso com seqüela de acidente vascular encefálico: relato de caso**. 2016. 6 p. Disponível em: DOI: 10.1590/1809-2950/14362423012016. Acesso em: 1 jul. 2024.

BARRETO, Mayckel da Silva ; CARREIRA, Lígia ; MARCON, Sonia Silva . **Envelhecimento populacional e doenças crônicas: Reflexões sobre os desafios para o Sistema de Saúde Pública**. KAIROS GERONTOLOGIA. Sao Paulo, 2015. 15 p. Disponível em: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2015v18i1p325-339>. Acesso em: 29 jul. 2024.

BARROS, Aparecida da Silva Xavier *et al.* **A Educação no entardecer da vida**. Scielo. 2021. 21 p. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-403620210002902496>. Acesso em: 28 jul. 2024.

BATISTA, Marina Picazzio Perez ; ALMEIDA, Maria Helena Morgani de ; LANCMAN, Selma. **Políticas públicas para a população idosa: uma revisão com ênfase nas ações de saúde**. Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo. São Paulo, 2011. 8 p. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v22i3p200-207>. Acesso em: 28 jul. 2024.

BENEDETTI, Tânia Rosane Bertoldo ; GONÇALVES, Lúcia Hisako Takase ; MOTA, Jorge Augusto Pinto da Silva. **UMA PROPOSTA DE POLÍTICA PÚBLICA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS**. Scielo. Florianopolis, 2007. 12 p. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072007000300003>. Acesso em: 29 jul. 2024.

BOGGIO, Elenice da Silveira Bissigo *et al.* **ANÁLISE DOS FATORES QUE INTERFEREM NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS RESIDENTES EM UMA COMUNIDADE DE PORTO ALEGRE**. Estud. interdiscipl. envelhec. Porto Alegre, 2015. 15 p. Disponível em: DOI:10.22456/2316-2171.46966. Acesso em: 27 jul. 2024.

CARNEIRO, Jeane Lima e Silva ; AYRES, José Ricardo de Carvalho Mesquita .

Saúde do idoso e atenção primária: autonomia, vulnerabilidades e os desafios do cuidado. Revista de Saúde Pública. 2021. 9 p. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055002856>. Acesso em: 26 jul. 2024.

ESCORSIM, Silvana Maria . **O envelhecimento no Brasil: aspectos sociais, políticos e demográficos em análise.** São Paulo, 2021. 19 p. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0101-6628.258>. Acesso em: 27 jul. 2024.

FILHO, Aloísio Evangelista de Sousa *et al.* **Instituições de longa permanência para idosos: revisão integrativa.** Research, Society and Development. 2022. 9 p. Disponível em: DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i15.37573> . Acesso em: 28 jul. 2024.

LIMA, Luana Hilário de Meireles *et al.* **REABILITAÇÃO DO EQUILÍBRIO POSTURAL COM O USO DE JOGOS DE REALIDADE VIRTUAL.** Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente, Ariquemes. 2017. Disponível em: . Acesso em: 5 jul. 2024.

MORAES, Edgar Nunes de . **ATENÇÃO À SAÚDE DO IDOSO: : Aspectos Conceituais.** ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE / ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Brasília, 2012. 98 p. Disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_saude_idoso_aspectos_conceituais.pdf. Acesso em: 29 jul. 2024.

MREJEN, Matías; NUNES, Letícia; GIACOMIN, Karla. **Envelhecimento populacional e saúde dos idosos: O Brasil está preparado?.** Instituto de Estudos para Políticas de Saúde. Sao Paulo, 2023. 39 p. Disponível em: https://ieps.org.br/wp-content/uploads/2023/01/Estudo_Institucional_IEPS_10.pdf. Acesso em: 28 jul. 2024.

OPAS - ORGANIZACAO PAN-AMERICANA DA SAUDE. **Países das Américas relatam progresso em direção ao envelhecimento saudável.** Washington, DC, 2024. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-4-2024-paises-das-americas-relatam-progresso-em-direcao-ao-envelhecimento-saudavel>. Acesso em: 28 jul. 2024.

SANTOS , Cleunice Aparecida Moreira dos *et al.* **A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA PREVENTIVA PARA A SAÚDE DO IDOSO** . Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro. 12 p. Disponível em: . Acesso em: 1 jul. 2024.

SILVA, Jerssica Mayara Agostinho da; LEMOS, Thainá Rayane Bezerra . **ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA AO IDOSO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.** Revista Interdisciplinar em Saude. Cajazeiras, 2022. 12 p. Disponível em: DOI: 10.35621/23587490.v8.n1.p570-581. Acesso em: 10 jul. 2024.

SILVA, Silderlania Xavier da ; PINHEIRO, Yago Tavares. **A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS.** Revista Interdisciplinar em Saude. Cajazeiras, 2024. 14 p. Disponível em: DOI: 10.35621/23587490.v11.n1.p553-566. Acesso em: 3 jul. 2024.

SÉTLIK, Clarice Maria *et al.* **Relação entre fragilidade física e síndromes geriátricas em idosos da assistência ambulatorial.** Acta Paul Enferm. 2022. 10 p. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO01797>. Acesso em: 29 jul. 2024.