

É possível melhorar a qualidade de vida

Médicos e profissionais de diferentes áreas concluem não haver limite de idade para usar o estrógeno (hormônio feminino) no combate às doenças cardíacas, à osteoporose e até a demência

REGINA PITOSCIA

Não há limite de idade para usar hormônios e obter sucesso no tratamento de várias doenças. Essa foi uma das principais novidades apresentadas no 1.º Congresso Paulista de Geriatria e Gerontologia, promovido pela Sociedade de Geriatria e Gerontologia (SBGG), realizado em junho, em São Paulo. A descoberta tem menos de três anos e veio da Suíça, mas hoje já há consenso também entre médicos brasileiros de que é possível prevenir e tratar doenças cardíacas, descalcificação dos ossos (osteoporose) e até demência, com o estrógeno (hormônio feminino) em mulheres de idade bem avançada.

Seja com a adoção de terapias como essa, que levaram anos de pesquisa, testes e acompanhamento para ser aceitas e indicadas, ou de providências mais simples, como a colocação de um adesivo antiderrapante em um tapete dentro de casa para evitar quedas e fraturas, é possível promover a saúde e melhorar a qualidade de vida dos idosos.

Para que esses assuntos pudessem ser tratados de forma abrangente, o congresso reuniu médicos de diversas especialidades – geriatras, ginecologistas, cardiologistas, endocrinologistas, etc. – e profissionais de diferentes áreas – como nutricionistas, psicólogos, assistentes sociais, entre outras. Como explica o professor-doutor da disciplina de clínica geral da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, Wilson Jacob Filho, “a população idosa é heterogênea e é impossível reunir em um só profissional todo conhecimento e habilidades necessários para atender bem o idoso”. Por isso, para ele, a promoção da saúde dos mais velhos deve estar a cargo de uma equipe de várias disciplinas. “Dessa forma, é possível mostrar ao idoso que ele pode viver bem, apesar das limitações”, diz Jacob Filho. “É preciso reduzir o temor pelo envelhecimento e abandonar a idéia de que esse é um momento ruim na vida.”

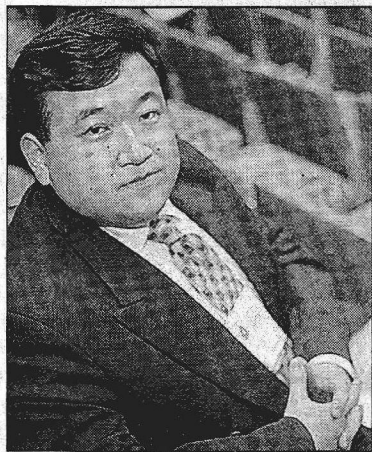
Consenso – Segundo o diretor científico do congresso e coordenador do Centro de Estudos do Envelhecimento, ligado à Escola Paulista de Medicina, João Toniolo Neto, “existe um grande conhecimento sobre o envelhecimento no País, mas está espalhado”. Com o evento, diz o geriatra, foi possível reunir esse conhecimento e verificar o que já é consenso, para que a partir daí sejam lançados programas de saúde. Toniolo aponta três programas que poderiam ser desenvolvidos de imediato pelo governo, a custos mínimos, que muito poderiam ajudar a evitar algumas das doenças mais frequentes em idosos: o de prevenção de quedas, o de prevenção da osteoporose e o de detecção da depressão. Essas propostas já foram discutidas e passadas para representantes dos Ministérios da Previdência Social e da Saúde, que também participaram do congresso.

Na opinião do médico e presidente do congresso, Ricardo Komatsu, o meio científico vem dando sua colaboração com informações de qualidade, mas “nós ainda não identificamos uma estratégia que possa ser desenvolvida e nos preparar para o envelhecimento do País”. Afinal, ressalta ele, a população idosa cresce 15 vezes mais que a população normal.



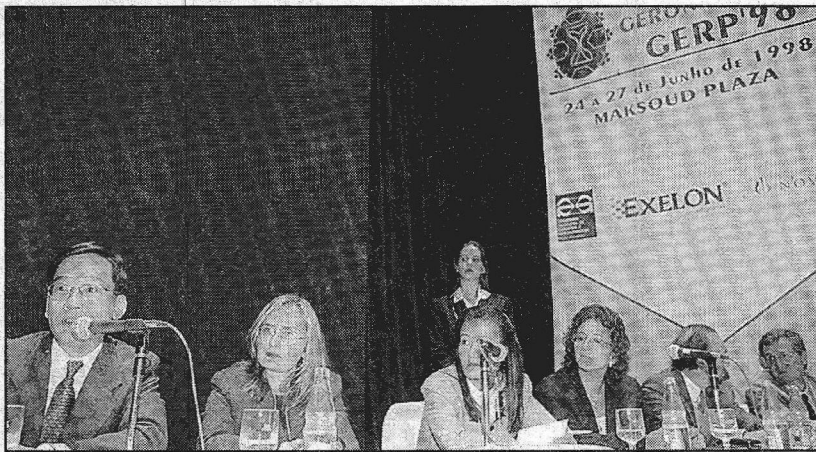
Robinson Fernandes/AE

Prática de exercícios, dieta equilibrada, redução no consumo de álcool, controle da pressão e abandono do cigarro reduzem riscos de doenças



Mabel Feres/AE

Komatsu: País não tem estratégia



Mabel Feres/AE

Na pauta, desde novas terapias até cuidados simples do cotidiano



Mabel Feres/AE

Maria do Carmo: risco controlado



Mabel Feres/AE

Toniolo Neto: programas baratos