Simpósio Envelhecimento

Introdução 276
Prevenindo demências 278
Envelhecimento feminino e reposição hormonal 281
Mitos e verdades sobre terapias antienvelhecimento 285
Deficiência androgênica no envelhecimento masculino (DAEM) 291

Introdução

Nos dias de hoje, estamos testemunhando um novo fenômeno na história da humanidade: o extraordinário aumento populacional de idosos. No Estado do Rio Grande do Sul, a expectativa de vida, a partir do nascimento, para ambos os sexos, passou de 66,7 para 73,5 anos de 1971 a 2002 (Núcleo de Informações em Saúde – NIS/DAS/SES/RS).

O processo de transição demográfica, que em poucas décadas mudou o padrão de fecundidade feminina brasileiro, provocou forte desaceleração na taxa de crescimento demográfico do país. A associação da redução da fecundidade com a queda da mortalidade reflete-se na evolução da composição do País, que segue em processo de envelhecimento. Com tais mudanças, o reflexo, no Brasil, foi de uma elevação da expectativa média de vida ao nascer e, atualmente, em valores absolutos, os idosos chegam a 14 milhões de pessoas (uma das maiores populações de idosos do mundo, superior, inclusive, à de países como França, Itália e Grã-Bretanha). Uma estimativa conservadora projeta, para o ano 2025, uma população superior a 32 milhões de idosos – a sexta maior do planeta.

A expectativa de vida será de 81 anos em 2050. Significa que uma porção de jovens trabalhadores deverá sustentar a aposentadoria de um número maior de aposentados.

Até recentemente, cientistas e médicos preocupavam-se mais com a infância e maturidade, sendo que a expectativa de vida era relativamente curta e uma pequena proporção da população, que sobrevivia além da idade adulta, era pouco notada e impunha pouco ou nenhum problema social. Tradicionalmente, competia à família o cuidado das gerações mais velhas. Mas, um mínimo de intervenção, para esses cuidados, era também requerido de outras instituições, quando a família se mostrava incapaz de suportar, de per si, os encargos advindos do envelhecimento de seus membros.

Como é sabido, o envelhecimento é um processo progressivo, previsível e que envolve a evolução e a maturação dos organismos vivos. É a manifestação de eventos biológicos que ocorrem ao longo de um período. O envelhecimento é inevitável, mas o processo sofre uma enorme variação entre os seres humanos. Ele não é a mera passagem do tempo. O tempo, em si, não produz efeitos biológicos. Os eventos ocorrem no tempo, mas devido à sua passagem. Na realidade, não existe uma definição perfeita para o envelhecimento, mas, como ocorre com o amor e a beleza, podemos reconhecê-lo quando o sentimos ou vemos. Todos nós reconhecemos uma pessoa idosa quando a vemos, e alguns de nós conseguimos estimar, de modo razoável, a idade cronológica das pessoas. Porém, determinações subjetivas baseadas na aparência são, em geral, errôneas, e a idade cronológica não está diretamente correlacionada à idade biológica.

O conhecimento científico só avança quando podemos medir ou contar as coisas de alguma forma. É necessário medir algo biológico que mude em função da idade – uma medida capaz de distinguir a idade biológica da cronológica. A idade cronológica mede quanto tempo, quantos anos se passaram a partir de um determinado ponto. Os eventos biológicos que se seguem ao nascimento acontecem em momentos diferentes e em ritmos diferentes em cada um de nós.

É provável que as mudanças relacionadas à idade comecem em diferentes partes do corpo em momentos diferentes e que o ritmo anual de mudança varie entre várias células, tecidos e órgãos, bem como de pessoa para pessoa. Ao contrário da passagem do tempo, o envelhecimento biológico desafia medições fáceis. O ideal seria termos marcadores biológicos mensuráveis que espelhassem todas as outras mudanças biológicas associadas à idade, sem referência à passagem do tempo. Poderíamos dizer, por

exemplo, que alguém com a idade cronológica de 80 anos tem idade biológica, ou funcional, de 60 anos. Esse tipo de medição ajudaria a explicar por que uma pessoa de 80 anos de idade tem mais qualidades juvenis do que outra, também de 80 anos, que biologicamente pode ter 80 ou até 90.

O aumento significativo na expectativa de vida tem aberto um período novo e pouco investigado da vida, durante o qual ocorrem profundas transformações. A idade adulta e a velhice, assim como as fases iniciais da vida, possuem características próprias que precisam ser estudadas e entendidas. O aumento na proporção de adultos e idosos trouxe novas pressões sociais e necessidades que requerem soluções criativas. Pesquisa, serviços e programas de treinamento devem ser levados em consideração, contemplando as diferenças nas características biofísicas entre idosos e jovens, alterações na capacidade e função fisiológica, alterações nas últimas fases da vida, as influências especiais da organização sócio-econômica onde os idosos estão inseridos e as adaptações especiais requeridas para satisfazer suas necessidades.

Com os avanços na Medicina e tecnologia, estamos vivendo mais que em qualquer outro período da história da humanidade. Para aproveitarmos esse privilégio, da melhor forma, precisamos conhecer e entender o processo de envelhecimento e como ele afeta a nossa saúde.

Necessitamos enfrentar esse grande desafio neste século de cuidar dessa população de 32 milhões de idosos com profissionais especializados.

Na área médica precisamos ter mais geriatras em todo o território nacional. É importante sensibilizar nossos diretores das Faculdades de Medicina para que a disciplina de Geriatria seja incluída como obrigatória no currículo da Graduação e nossos governantes para ter dentro dos postos do SUS e hospitais do INSS, o médico Geriatra e outros profissionais treinados em Gerontologia, porque realizando a prevenção irão diminuir os gastos com internações e remédios.

Vai ser necessário traçar metas, estabelecer indicadores de saúde capazes de identificar idosos de alto risco para a realização de políticas públicas e estimular linhas de pesquisa.

Finalmente, nosso grande desafio vai ser a manutenção da capacidade funcional do idoso, dentro da sua família, com sua comunidade, mantendo sua independência e autonomia.

MARIANELA F. DE HEKMAN
Coordenadora
Presidente da Sociedade Brasileira
de Geriatria e Gerontologia-RS