



O ENVELHECIMENTO E A ATIVIDADE FÍSICA: UMA PERSPECTIVA EPIDEMIOLÓGICA EM UM HOSPITAL EM BELÉM-PA

Débora Pantoja dos Santos¹

PALAVRAS-CHAVE: Epidemiologia; idoso; envelhecimento; hospital.

INTRODUÇÃO

A Epidemiologia demonstra o envelhecimento gradual da população mundial nas próximas décadas. As razões dessa tendência refletem os substanciais progressos humanos alcançados no século XX, a mortalidade infantil mais baixa, melhor nutrição, educação e cuidados com a saúde, acesso ao planejamento familiar e uma esperança de vida mais elevada.

No Brasil, esse processo está associado à transição demográfica e epidemiológica. Vários fatores contribuíram, tais como o processo industrial e a urbanização crescente. As transformações impostas pela nova organização social e o crescimento de idosos dependentes, forçaram o Estado a implementar políticas para atender as necessidades visando à mudança do modelo assistencial, que era centrado na doença e internação hospitalar, para um modelo que privilegie a atenção integral do idoso de forma mais humanizada, com ações de prevenção de agravos, promoção, proteção e recuperação da saúde.

De acordo com a proposta básica da Política Nacional de Saúde do Idoso (1999):

A promoção do envelhecimento saudável, manutenção e melhoria, da capacidade funcional dos idosos, prevenção de doenças, recuperação da saúde e a reabilitação daqueles que venham a ter a sua capacidade funcional restringida, de modo a garantir-lhes permanência no meio em que vivem, exercendo de forma independente suas funções na sociedade.

Essa mudança causou um aumento progressivo da população idosa, pois a população de 60 anos em diante, passa de 4% em 1940 para 8,6% em 2000, projetando-se para o ano 2020 uma população de 12%, correspondendo 25 milhões de pessoas (Moraes,2002).

Esta transição já está em curso nas regiões desenvolvidas, podendo contar com serviço especializado, contrário das regiões em desenvolvimento, que o processo de envelhecimento reflete a desigualdade social, se fazendo presente nas regiões Norte e Nordeste, constatando a existência mínima de serviços e ações que possam atender as necessidades deste grupo etário.

Portanto, diante dessa situação, fiz um levantamento em Belém do Pará objetivando saber se a cidade possui centros especializados para os idosos e me deparei com um hospital com programa de atenção ao idoso, composto por uma equipe multidisciplinar que



desenvolvem diversas atividades promovendo a prevenção e o tratamento para os idosos através de um envelhecimento ativo.

OBJETIVO

O objetivo da pesquisa foi identificar quais os serviços que o programa oferece para o idoso, descrever como funciona o programa e analisar relatos de idosos sobre o programa verificando de que forma o programa está ajudando a vida dos idosos.

METODOLOGIA

Foi realizado primeiramente um levantamento bibliográfico para o aprofundamento do tema estudado, na qual utilizei Moraes (2002) como fonte de referência e documentos como o da Política Nacional do idoso (1999). Realizei também uma pesquisa de campo para conhecer e entender o Hospital, tive apenas conversas informais com profissionais que trabalham e com alguns idosos que participam do programa para alcançar os meus objetivos.

PROGRAMA DE ATENÇÃO AO IDOSO

O hospital funciona na capital paraense e região metropolitana do Pará com programa de atenção ao idoso para aposentados e/ou dependentes de servidores públicos do Estado. O programa é composto com profissionais de seis áreas, sendo eles geriatras, psicólogos, terapeutas ocupacionais, nutricionistas, fisioterapeutas e professores de Educação Física.

São desenvolvidas várias atividades com os idosos, tais como canto, teatro, estimulação cognitiva, ginástica multifuncional, alongamentos, musculação, fisioterapia, pilates e dança, também é realizado reavaliações trimestrais para o controle. O hospital atende cerca de mil idosos por unidade, sendo composto por cinco unidades dentro da região.

De acordo com os profissionais, todos os idosos que frequentam o programa possuem patologias e que a maioria apresentam melhoras com o tratamento recebido nas reavaliações, deixando-os muito motivado para a continuação do tratamento. Todo dia tem atividades e segundo alguns idosos que tive a oportunidade de conversar, eles gostam muito de participar e são engajado em várias atividades, que as dores diminuíram e encontraram motivos para viver mais, pois descobriram que ainda podiam ser independentes.

A equipe trabalha junto em prol da saúde e bem estar dos idosos e para melhor atendimento, o hospital entrou em parceria com um instituto de São Paulo para oferecer especialização em gerontologia e qualificar mais seus profissionais, fazendo uma equipe



diferenciada. Portanto, precisa se expandir e atender uma população ainda maior, as medidas de prevenção são mais baratas que a de tratamento. Por isso é necessária estimulação de bons hábitos e de uma vida ativa para quando chegar na velhice as doenças serem minimizadas.

Estudos epidemiológicos evidenciam relações positivas entre atividade física e diminuição da mortalidade, sugerindo também diminuição nos riscos de enfermidades cardiovasculares, redução das dores lombares e melhores perspectivas no controle das enfermidades respiratórias. O sedentarismo é considerado como um dos principais fatores de risco para o infarto do miocárdio, acidente vascular cerebral e câncer por isso precisamos estimular as pessoas a ter uma vida ativa desde criança para minimizar problemas futuros.

CONCLUSÃO

A pesquisa foi satisfatória, consegui responder meus objetivos e conhecer esse programa que ajuda tantos idosos, um hospital diferenciado, com uma infraestrutura muito boa e que promove bem estar para os idosos que frequentam, prolongando ainda mais o tempo de vida através das atividades físicas e cognitivas. É importante relatar que a terceira idade é uma fonte de pesquisa inesgotável e que ainda precisa muito ser explorada por entender que a população idosa cresce cada dia mais e que precisa de estudos para criar suportes para atender essa população.

REFERÊNCIAS

BRASIL, 1999. Portaria do Gabinete do Ministro de Estado da Saúde de no 1395, de 9 de dezembro de 1999, que aprova a Política Nacional de Saúde do Idoso e dá outras providências. Brasília: Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, no 237-E, pp. 20-24, 13 dez.

MORAES, Reginaldo C. Reformas neoliberais e políticas públicas: hegemonia ideológica e redefinição das relações Estado-sociedade. *Educ. Soc.*, set. 2002.

FONTE DE FINANCIAMENTO

Não houve nenhuma fonte de financiamento neste trabalho.

¹ Discente do curso de Licenciatura Plena em Educação Física da Universidade do Estado do Pará. Deborah_pantoja@hotmail.com