

# ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

## *Healthy aging*

Editorial

O Brasil, nas próximas décadas, atingirá uma população de pessoas idosas, aquelas com mais de sessenta anos de idade, de cerca de 32 milhões, colocando-se na sexta posição entre os países com maior número de idosos<sup>(1)</sup>. No mundo, em 2050, um quinto da população será de idosos, atingindo a relação de uma pessoa idosa para cada cinco pessoas, e de uma para três nos países desenvolvidos<sup>(1)</sup>.

Em 1994, em decorrência da constatação do aumento da expectativa de vida em dezenove anos e do número de pessoas idosas que se projetava, foi sancionada a lei no 8.842/94, que dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, com o objetivo de assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade<sup>(2)</sup>. A referida lei, em seu artigo 10, parágrafo II, relativo à área de saúde, reza que é competência dos órgãos e entidades públicas garantir ao idoso assistência à saúde nos diversos níveis de atendimento do Sistema Único de Saúde, prevenir, promover, proteger e recuperar a saúde do idoso mediante programas e medidas profiláticas, bem como, garantir a criação de serviços alternativos de saúde para o idoso. De acordo com mesma lei 8.842/94, em 2005, foi elaborada pelo Ministério da Saúde a Agenda de Compromissos pela Saúde, a qual contempla, em um dos seus três eixos, “O Pacto pela vida” como sua prioridade, a implementação de política voltada para o idoso<sup>(3)</sup>.

O Brasil, portanto, está indo em direção ao futuro, no qual será um país com um percentual significativo de idosos. Faz-se necessário então uma mudança nos valores das pessoas quanto à figura do idoso, pois, certamente, seremos ou teremos um idoso em nossas casas.

A promoção da saúde, através dos cuidados, que devem iniciar-se precocemente na vida das pessoas, conduz à obtenção de uma vida saudável e com qualidade. A qualidade de vida depende da interpretação emocional que se dá aos fatos, sendo, portanto, decorrente da subjetividade de cada um<sup>(4)</sup>. Mas, os determinantes de uma vida saudável e de qualidade variam de pessoa para pessoa e levam em conta todo o contexto no qual ela está inserida.

Mudanças no estilo de vida dos idosos podem ocorrer como, engajar-se nos programas de saúde existentes ou procurar participar de novos grupos, realizar atividades prazerosas, promovendo a saúde e, conseqüentemente, a qualidade de vida. Ser sexagenário para quem cuida da saúde, praticando atividade física, tendo alimentação saudável e cuidando do espírito, está longe de ser uma fase negativa da vida. Todos os envolvidos no processo de envelhecimento, profissionais da saúde, familiares e cuidadores, não devem economizar esforços para promover e preservar a saúde da pessoa idosa.

**Vera Lúcia Montenegro de  
Albuquerque<sup>(1)</sup>**

1) Universidade de Fortaleza – UNIFOR  
(CE)

## REFERÊNCIAS

1. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística; Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Perfil dos idosos responsáveis pelo domicílio. [acesso em 2008 Ago 20]. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/presidência/notíciaa/25072002/pidoso.shtm>.
2. Brasil. Presidência da República - Casa Civil. Lei 8842/94 – Dispõe sobre a política nacional do idoso e cria o Conselho Nacional do idoso e dá outras providências. [acesso em 2008 Ago 22]. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L8842.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8842.htm).
3. Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Políticas de Saúde. Agenda de compromissos pela saúde. Brasília; 2005.
4. Xavier MFF, Ferraz MPT, Marc N, Escosteguy NU, Moriguchi E. Elderly people's definition of quality life. Rev Bras Psiquiatr. 2003;25(1):31-9.